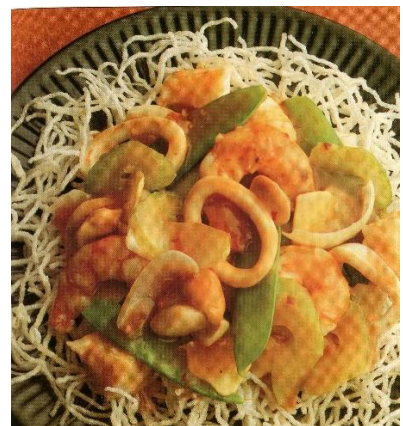




KINESKA KUHINJA



Zlatan Nadvornik



KINESKA KUHINJA

Zlatan Nadvornik

© Copyright, Zlatan Nadvornik, Zagreb 2020.

Sva prava pridržana. Ni jedan dio ove knjige ne smije se reproducirati ili prenositi u bilo kojem obliku, ni na koji način, elektronički ili mehanički, uključujući fotokopiranje, snimanje ili pohranjivanje u bazu podataka ijedne namjene bez prethodnog pismenog dopuštenja nositelja autorskih prava.

Djelo je deponirano u HAA (Hrvatska autorska agencija) pod brojem: 09-617; 09-748, 09 – 1197 i 09-3224/12. kao sastavni dio knjige GASTRONOMIJA U RIJEČI I SLICI.

ŠTAPIĆI – JEDAĆI PRIBOR

U Kini, Japanu i drugim azijskim zemljama, štapići su nezaobilazan i nezamjenljiv pribor za jelo. Dugi su oko 25 centimetar, debeli kao olovka, obli ili na gornjoj strani četverouglasti da se bolje mogu prihvatiti. Najviše se rade od bambusa ili od drugog drveta, a mogu biti od slonove kosti, srebra ... Žlice koje se koriste za juhu izrađene su od porculana i držak je nešto kraći nego na “našoj” žlici. Na prvi pogled štapići su vrlo neprikladan pribor za jelo, ali uz vrlo malo truda ta vještina se može brzo savladati.

Štapići se uzmu u desnu ruku. Jedan mora biti fiksiran - naslanja se na prstenjak, dok je drugi - pomičan, drži se između kažiprsta, srednjeg prsta i palca.



Roland Barthes: Carstvo znakova

Štapić, prije svega - i oblik mu to govori - ima pokaznu zadaću: on pokazuje jelo, naznačuje fragment, postaje kretnja izbora; on je pokazatelj. Umjesto da gutanje slijedi makinalni red, pri kojem bismo se zadovoljili da malo-pomalo progutamo dijelove jednoga te istog jela, štapić - pokazujući što bira - uvodi u korištenje hrane ne neki red, nego maštu. Svakako inteligentan, a ne mehanički postupak

Jer štapić, da bi razdijelio, razdvaja, razmiče, čeprka, umjesto da prereže i uhvati, kako to radi naš jedaći pribor; on nikad ne vrši nasilje nad zalogajem: ili ga malo-pomalo otpetljava (kad su posrijedi trave), ili ga rastvara (kod riba, jegulja), pronalazeći tako iznova prirodne proreze tkiva (u tome je mnogo bliži prvobitnom prstu nego nožu). Napokon, i u tome je možda njegova najljepša uloga; dvostruki štapić prevodi hranu: bilo da se, prekrižen poput dvije ruke, kao podloga a ne kao štipaljka, podvuče pod pahuljicu riže i ponese je, podignute do usana, bilo da (tisućgodišnjom kretnjom cjelokupnog Istoka) pomogne kako bi prehrambena prhkost sa zdjelice skliznula do usta.

Nijedno japansko jelo nema središta (a središte je u obroku kod nas implicirano ritualom što se sastoji u naručivanju jela, redanju i posluživanju); ondje je sve ukras nekog drugog ukrasa: a prije svega zato što na stolu, na pladnju, obrok i nije drugo nego zbirka fragmenata među kojima nijedan nije privilegiran redosljedom uzimanja. Jest, to ne znači poštovati jestvenik (poredaj jela), nego podizati, laganim dodirom štapića, čas jednu boju, čas drugu, na volju nekoj vrsti nadahnuća što se u svojoj sporosti prikazuju kao nepovezana pratnja razgovora (koji može biti i škrt).

Zato taj obrok - u tome je njegova originalnost - povezuje u jednom vremenu vrijeme pripravljanja i vrijeme konzumacije..... . Kad je posrijedi sukiyaki, obilježen je samo početak (ponuđeni pladanj pun jela); ali kad je krenuo, više nema trenutaka ili mjesta koja bi se mogla razlikovati: on ostaje decentriran, kao neprekinuti tekst

U Kini se jelo ne poslužuje kao kod nas, pred gosta se stavlja prazna zdjelica, tanjurić, štapići i porculanska žlica. Kao primjer, uređeni stol za šest osoba izgledati će na slijedeći način: na sredini četverouglastog stola nalazi se šest zdjelica, u kojima je juha, svinjetina, riba, jela od jaja i dvije vrste povrća. Jelom se zajednički posluži svih šest osoba i jela se moraju svakom gostu staviti u njegov tanjur, koliko je svakom po volji; sva jela jedu se zajedno s rižom. U pravilu je da se naručuju različita zajednička jela za sve koji sjede za stolom, obično jedno više od broja prisutnih.

Zajuttrak (između 7 - 9 sati) sastoji se obično od lake hrane i to ne od kuhane riže, nego rižine kaše. Jelo se nalazi na plosnatom tanjuru a ne u zdjelici. Pri zajutarku se ne uzima čaj.

Između **objeda** (12 - 14 sati) i **večere** (19 - 21 sati) nema veće razlike u količini jela.

Gozbe, pozivi ili neke druge svetkovine obično se održavaju navečer. Doručak (jelo između zajutarka i objeda) ne postoji, ali ni popodnevne kave nego pogače, rezanci (poznati po svojoj dužini i tankosti) ili različiti kolači.

Kako se jedaći pribor sastoji od štapića i žlice, jela se usitnjena pripremaju i donose na stol, tako da vilici i nožu nema mjesta za stolom. Po staroj kineskoj kaže se:

nož pripada u kuhinju, a ne na stol.

Riža kuhana samo u vodi uvijek se postavlja na stol u zdjelicama i svatko smije pojesti toliko zdjelica riže koliko mu je potrebno. Riža se ne naručuje posebno, jer se ona uvijek poslužuje uz jelo, a ako je nema tada se gost može potužiti s punim pravom na kuhinjsko i poslužno osoblje. Riža se jede istovremeno s drugim jelima (kao kod nas kruh), a priprema se vrlo jednostavno, skuha se samo u vodi bez dodataka (soli), za objed i večeru više suho dok je za zajuttrak s više vode – kao kaša. Umijeće kuhanja riže je u tome, da rižina zrna uvijek ostanu zasebna i da se ne slijepe. Kinezi kažu za rižu: “nakon kuhanja treba biti kao niska bisera i lagana kao dašak proljeća”.

Kuha se u omjeru 1 šalice riže i 1,5 šalice vode. Prvih 5 minuta kuha se na jakoj vatri, a daljnjih 15 minuta na laganoj vatri.

Riža se uzgaja u Kini od pradavnih vremena, pisani dokumenti govore da su je poznavali već 2800 godina prije Krista. Od riže peku i rakiju *Samshu*, sadrži 36 % alkohola. Od graha i graška radi se sir koji je po okusu sličan kravljem siru.

Većina jela priređuje se na najrazličitije načine s raznim pridodacima, gotovo se nikada ne kuha jedna živežna namirnica samo za jedno jelo, nego miješano. Jela su sočna i jako začinjena, Začini kao sol i papar ne stavljaju se na stol. Jedna od umješnosti kineske kuhinje je odabir pravih začina tako da sve bude slasno i da uvijek pruža neku promjenu u jelu.

Pored raznih začina u jela se stavljaju i razni umaci, koji se nalaze i na stolu za vrijeme objeda kako bi svaki od prisutnih mogao zamakati svoj zalogaj u njega i poboljšati okus posluženog jela. Uz jela od mesa obično se koristi *umak od šljiva* (zelene kineske šljive), *senf* (pomiješan s vodom a ne octom), *umak od kamenica*, mješavina fino kisanog đumbira, ulja od kikirikija, *umak od soje* kao i *umak od crvenih paprika* (tabasko-umak).

Prehrana je u skladu sa suvremenim načinom pravilne ishrane. Uz glavnu biljnu hranu, rižu i pšenicu jede se svinjetina, ovčatina, govedina i perad (kokoši i patke), ribe i rakovi.

Riba “*jũ-scho*“ tj. riba i meso, uvijek se spominju zajedno, jer se uz meso dobiva i riba. RIBE se prvenstveno kuhaju a rjeđe peku. Sve se priprema na ulju i to maloj količini, a meso gotovo nikad ne prelazi 10 dag po osobi. Povrće se koristi u bogatom izboru, poznati je kineski kupus *pe-tsai* ili bijelo povrće (naraste do 60 cm a glava zna biti teška i do 6 kg). Povrće se pri svakom obroku daje ili kao posebno jelo ili se kuha zajedno s meso ili ribom, i to uvijek kuhano a nikada se ne jede prijesno. Način pripremanja (termička obrada) je vrlo kratak tj. nekoliko sekundi ili minuta, a vrlo rijetko satima. To je glavna razlika od načina kuhanja kakvu pozna zapadni svijet.

Juha se konzumira kao posebno i određeno jelo, a priprema se i poslužuje s ostalim jelima.

Uloga juhe je vrlo slična čaši vode koja se kod nas poslužuje uz jelo. Kinezi uzimaju juhu iz zdjelice koja je postavljena na sredini stola tako da svatko može uzeti koliko želi. Većini ne smeta da se služi juhom iz zdjelice u koju svi zamaču svoje porculanske žlice.

U Kineskoj «kuharici», napisanoj prije 5000 tisuća godina, može se pronaći naputak za juhu od golubljih jaja pod nazivom «Zlatni mjeseci u srebrnom moru». Kineska kulinarska profinjenost, čini se, nije doprla do francuskih kraljeva jer oni su za doručak najradije «klopali» masnu juhu od bikovih repova, kopita i rogova.

Soja je jedna od najstarijih kulturnih biljaka koja se u Kini spominje već 2800 godina prije Krista. Prvi Europejac Kämpfer upoznao je soju u Japanu 1690 godine. Soja se kuha, peče, sjemenke se priređuju s pšeničnim brašnom, solju, vodom i dr. u razne začine: *Chaju ili Shoju* (Japan), *Tsiang-Yeon* i *Tau-yu* (Kina). Poznati sirevi od soje su: *Teou-fou* (Kina), *Tofu* (Japan), *Natto* (Japan), *Tao-tche* (Kina); japanska kaša *miso* i kineska *Tao-tjiung*.

Jelo, koje se često nalazi na jelovnicima, a naziva se “*chop suey*” nije kinesko jelo i nepoznato je u Kini. *Chop suey* izmišljeno je u XIX. stoljeću u USA kao “jelo pripremljeno na kineski način”.

Čaj predstavlja važan dio ishrane u svakoj kineskoj kući i obavezno se pije poslije jela, vrela ili mlaka. Za razliku od čajeva na zapadu (svi su slični, osim što su različito pakirani i imaju različite nazive), kineski se nazivaju po oblastima u kojima najbolje uspijevaju. Čajevi koji se najviše koriste: *Vu Mu Chaa* (zeleni čaj “Oblak magle” iz pokrajine Kjangsi), *Lung Zhang* i *Heng Pjen Chaa* (“Zmajev

izbor“ i “Mirišljivi listići“ zeleni čajevi iz provincije Činkjang), Po Naj Chaa (crvenkastocrni čaj iz provincije Junan), Ulong, Suj Sjen, Nguan Zham i Sao Mej Chaa (“crni zmaj“, “Vodena nimfa“, “Srebrne iglice“ i “Lukovi dugovječnosti“ obični zeleni čajevi iz provincije Kvangtung) i vrlo stari zeleni čaj “Lung-tsin“ iz Hanchowa iz pokrajine Chekiang. Čaj je u Kini u VII. stoljeću ušao u carsko pjesništvo kao jedna od uglađenih naslada.

Čaj je umjetničko djelo i zahtjeva majstorsku ruku da bi otkrila njegove najplemenitije vrijednosti. Imamo dobar i loš čaj, kao što imamo dobrih i loših slika. Nema savršenog naputka za pravljenje savršenog čaja. Svako pripremanje listova ima individualnost, osobitu povezanost s vodom i toplinom, nasljedne uspomene koje priziva, vlastiti način pričanja priče. U njemu uvijek mora biti prava ljepota. Koliko trpimo zato što društvo stalno izbjegava da prihvati taj jednostavni i temeljni zakon umjetnosti i života. Postoje tri najžalosnije stvari na svijetu: kvarenje dobre mladeži lošim odgojem, sramoćenje dobrih slika prostačkim divljenjem i rasipno traćenje dobra čaja nestručnim rukovanjem.

(Li Chi Lai, pjesnik iz razdoblja Sung/ 960.-1278.).

Kineski čaj se obično pravi tako da se čajnik ispere vrelom vodom, u njega stavljaju listići čaja (žlica po jednoj šalici) i tek onda prelije kipućom vodom. U kineskim restoranima čajnik se napuni do 1/4 listićima čaja, a poslužitelj stalno nosi kipuću vodu kojom se puni čajnik odmah kako se popije po šalica. Uobičajeno je puniti čajnik s listićima četiri do pet puta kipućom vodom. Uživati u kineskom čaju može se i bez dodataka kao: mlijeko, šećer ili limun.

Kina je također i stara vinarska zemlja i to čak, po pisanim podacima, od 2140. godine prije Krista, iako više prevladavaju vina sačinjena od riže i voća. Vinarski podrum Schasching iz 1664. godine još je i danas u funkciji u Peking. Vinarska područja nalaze se između 32 i 44 geografske širine, te daju poznata crna, bijela i roze vina, kao i pjenušce i aromatska vina. Najpoznatije grožđe iz koje se dobiju prvorazredna vina je Pu Tao Jin. U Europu se izvoze crna vina sorte Lun-San (“zmajevo oko“) i Hot-Tsi-Sin (“kokošje srce“) dok su ostala poznata vina: Dynasty (bijelo vino), Kuei Hua Chen Chiew (crno harmonično vino), Cha Cheng, Dragon Eye Wine (bijela vina), Sunflower Tsingtao Red Wine (slatko crno vino), Cheffoo (jako aromatično Porto vino), Lung Yen (crno ili bijelo vino), Zhongguo Hong Putao Jin (slatkasto crno vino).

Rižina vina (“rižino pivo“ ili drugim imenom huang-tso) i rakija (pe-tso, sadrži 60 % alkohola) kao i *moutai* (rakija od sirka, za koju kažu da je najbolja) najčešće se piju uz jelo. Vino je žućkasto, nešto jače od piva i pije se samo toplo. Na stolu vino stoji u maloj čašici, na visokoj nozi (jedva većoj od naprska) koja se ispija do dna kada kuće domaćin nazdravi s *ganbei*. Između dva ili više

gambeija vino se oprezno srće u malim gutljajima. Poznata rižina vina su: Jia Fan, Yuan Hong, Snah Niang, Xiang Xue.

U restoranima nude i bočice s rakijama u kojima «plivaju» razni sastojci, nama neuobičajeni, suhe zmije, gušteri, u drugima fetus teleća, ili testisi i penis raznih životinja. Ova posljednja je „pravi“ afrodizijak. Po jačini alkohola rakija je izvan svih kategorija izdržljivosti, udara u noge i glavu, a što se tiče «trećeg mjesta» još nitko nije „uz dokaz“ potvrdio djelotvornost.

Prvi veliki kulinar, čije je ime zabilježila kineska povijest, je Ijin, živio 1700. godina prije Krista, a prva kulinarska kineska enciklopedija datira 300 godina prije Krista u kojoj je više od 40 načina pripremanja jela za gozbe koje traju od jednog do tri dana.

Mnoge toga u kulinarstvu spajaju Kinu i Japan kao i poznata poslastica „*ptičja gnijezda*“ ili drugim imenom *salangana*, *salanganka*, *tunkin*. To su jestiva gnijezda koje radi istočnoindijska lastavica na nepristupačnim stijenama, od hladetinaših sitnih morskih životinjica (moluska), algi i slina ptice. Gnijezda su poluokrugla, malo produljena a katkada na krajevima zavinuta prema gore. Presjek im je od 7-9 cm, napola su prozirna a boja je od bijele do svjetložute.

Najviše se cijene bijela kineska gnijezda od kojih se rade cijenjene juhe i ragui. Pojedina gnijezda teže 30-50 grama. Kao egzotično jelo pokušalo se gnijezda uvesti u Europu još 1778. godine, te je i osnovana austrijska tvrtka u Camorti (Nikobarski otoci - Indija) ali bez uspjeha jer okus (nešto slankasti) nije odgovarao ukusu tadašnjoj Europi. Gnijezda su se priređivala u Europi u oštro začinenim juhama. U Japanu i Kini danas se priređuju i umjetna jestiva ptičja gnijezda, koja se nabavljaju u delikatesnim trgovinama kao indijska lastavičja gnijezda. Prava ptičja gnijezda kuhaju se u juhi najmanje 3 sata prije posluživanja, nakon što su odstajala u vodi 6 sati. Gnijezdima se u juhu pridodaje pileće meso i juha od pilećih kostiju, a prije posluživanja se dodaje kao ukras sitno iskosana šunka. Iako su lastavičja gnijezda popularna u Kini ipak su iza gurmanske delikatese - juhe od gnijezda azijskog daždevnjaka.

Kinezi nisu voljeli mlijeko. Oni su proizvodnju mliječnih proizvoda smatrali barbarstvom i nehigijenskim. Pa kakva je bila kineska kuhinja?

Odlična narodna kuhinja Kine poznata je kao jedna od najboljih narodnih kuhinja, dok je kuhinja nekadašnjih bogataša (mandarina) jedna od najraskošnijih i najotmjenijih.

Sudeći po onome što se može pročitati u *Si-Kingu*, najstarijem kineskom tekstu, drevni su Kinezi jeli divljač, sakupljali su zimi led da bi ga čuvali za ljeto, jeli su povrće i voće, jednom riječju, pripremali su se za jestvenik koji su nekih tisuću godina kasnije učinili kinesku kuhinju više nego slavnom. Kinezi su poznavali rižu (kuhaju je najbolje na svijetu i nijedan obrok ne može se zamisliti bez zdjele riže - što je obavezni prilog uz svako jelo. Riža je za Kineze ono što je za sve nas kruh nasušni; ne kažu uzalud: *Za naš kratki život dovoljni su šešir i šaka riže - šešir da se zaštitimo, šaka riže da se prehranimo*; osnova pripreme jest kuhanje u omjeru: 1 šalica riže, šalica i pol vode. Prvih 5 minuta kuha se na jakoj, a daljnjih 15 na laganoj vatri; najbolja je *basmati* riža dugog zrna, a solidna je zamjena *patana*. Riža mora biti srednje ljepljiva kako bi se mogla jesti u grumenima, jer je rastresita zrnca nemoguće prihvatiti štapićima. Ono što se nama čini nepristojnim, način na koji Kinezi zdjelicu prinose ustima i štapićima u njih ubacuju rižu, u Kini je stvar pobožnosti i dobra odgoja: riža se smatra božjim darom i grijeh je da i jedno zrno padne na stol), grah, grašak, s rižom su jeli meso i ribu, brinući se uvijek da se drže starog pravila da se u kuhinji - kako je rekao Yin dva milenija prije Krista - *mora uvijek razlikovati što je slatko a što kiselo, što je ljuto, što gorko, a što opet slano!*

U pjesmi *Poziv duši*, koja je napisana u trećem stoljeću pr. Krista nalazi se i jestvenik jednog osrednjeg banketa:

*Sve vrste jela su tu spremne:
Riža, ječam, žito i proso uz to!
Gorko, slano, kiselo, ljuto i slatko - svaki od tih okusa je na stolu!
Na stolu su rebarca od dobro ugojenog vola, pažljivo skuhana i meka,
Kiselo i gorko u divnoj juhi Wu,
Slatki golub i pečeno mlado janje u umaku od jama,
Guska u kiselom umaku, patka je u loncu, pečenje od rode,
Pirjana kokoš i punjena kornjača, sva u začинима, ali ne toliko da izgubi svoj vlastiti okus!
Pečeni medenjaci od rižina brašna, prženi šećer,
Vino boje žada, zaslađeno medom i u divnim peharima,
Ledena rakija, pažljivo procijeđena, nema trunja, a bijelo je vino ledeno i osvježavajuće!*

(U ovom tekst pronalazimo “današnja” pravila posluživanja; počinje se hladnim predjelom, slijedi juha, slijed od tri ili više glavnih jela, zaslada; bijelo vino je ohlađeno a žestoko piće - rakija isto tako).

Bogataši su u takozvanu visoku kinesku kuhinju uveli princip od pet okusa: *gorko, slano, kiselo, ljuto i slatko* Taoizam je osuđivao pretjerivanje u uzimanju

začina i pledirao za jednostavnost i strogost, ali je ostalo jasno da je kineska kuhinja, unatoč svemu, ostala vjerna principu raznolikosti.

Seljaci su kineskoj kuhinji dali jela koja se i danas po kineskim restauracijama u svijetu rado jedu. U prvom redu, tu su rezanci od običnog i rižinog brašna, poput kose tanki rezanci od palmína brašna i soje, tijesto, koje je bilo vrlo slično onome od kojega se pripremaju dalmatinski i talijanski “njoki” (kineski kuhari tijesto rade akrobatskom spretnošću razvlačeći ih rukama i uvijajući od bezlične grude tijesta u tanahne i jednolične rezance). Soja, njezino ulje, sjeme i sojine klice rado su viđeni gosti na stolu Kineza. Osobito su slavni umaci od sojina brašna ili sojina ulja, a mnogi prilozi mesnim jestvinama imaju kao podlogu klice sojina sjemena.

Kina je živo trgovala s mnogim zemljama. Karavane, koje su putovale čitavom Azijom, doticale su i arapske zemlje, a vidjeli smo da se kineski trgovci dolazili u kontakt s emporijama Rima. Tako su trgovci u jestvenik Kineza uveli i mnoga bizarna jela, donedavno nepoznata u zemlji. Uvozili su kolačiće pečene u među iz Indije, a iz Nepala je dolazio osobit špinat i repica. Poriluk je stizao iz južnih dijelova Azije, s otočja u Pacifiku soljena riba, klice palminih stabala te razni napici.

U cijelom svijetu ljudi uživaju u čarima kineskog kulinarstva. Povijest tog kineskog umijeća ima tradiciju dugu više od 4000 godina. Prvi veliki kulinar čije je ime zabilježila kineska povijest jest *Ijin*, koji je živio u 17 stoljeću prije Krista. On je detaljno opisao kako se koriste vatra i začini i kako se eliminiraju neprijatni mirisi. Ijinu je njegovao kuharsko umijeće donijelo mjesto predsjednika vlade u jednoj kineskoj kneževini. Spomenimo i to da je ovaj, prvi zabilježeni kineski kuhar u povijesti, osnovao dinastiju Šang (ili Jin; prema predaji dinastija je vladala od 1766 do 1122 god. pr. Krista; poznavali su broncu, keramiku, pismo, razvijeni kalendar, osmislili borna kola).

Čar kineske kuhinje prije svega je u njenoj raznovrsnosti. Sami Kinezi kažu da jedu sve što leti a nije avion, sve što plovi a nije brod i sve što se kreće po zemlji a nije automobil. Nema životinje čije meso Kinezi ne koriste za pripremanje nekog jela. Tako, na primjer, u staroj kineskoj prijestolnici Sijan na tržnici možete kupiti štakore koji su obavezan sastojak nekih jela. Zbog toga nije čudno što kineski kulinarski registri bilježe više od 10.000 vrsta jela. Svako od njih se razlikuje o okusu, sastavu i načinu pripremanja.

Pedantne kineske kulinarske enciklopedije, od kojih prva datira iz trećeg stoljeća naše ere, bilježe više od 40 načina pripremanja jela. Kao u slikarstvu, Kinezi pri kuhanju paze na kontraste boja na tanjuru, bogatstvo mirisa, koji se postiže lukom, češnjakom, đumbirom, vinom i drugim dodacima; okus (prava

simfonija slanog, slatkog, ljutog i kiselog, nerijetko je u istom jelu) i strukturi (već sami izrazi u jestveniku - *mekana, hrskava, prhka, nježna*), ukazuje na specifičan odnos Kineza prema hrani.

Zbog zemljopisnih, socijalnih i ekonomskih prilika u Kini su se s vremenom izdvojile četiri glavne kulinarske škole. To su *sečuanska, kantonska, kjansuška i šandunška*. Neki poznavaoци smatraju da tome treba dodati i *fudijensku, čekjanšku, hunansku i anhujesku*, a ima i onih koji ističu i *pekinšku* (najsličnija europskoj kuhinji) i *hupejsku* kuhinju. Ipak najpoznatije su prve četiri.

Sečuan - zapadna kuhinja ne raspolaže ni morskim plodovima ni tropskim voćem i povrćem, ali je zato taj dio Kine bogat pilićima, patkama (pačja jaja, osobita poslastica, često nadomješčuju kokošja), guskama, svinjama, ovcama i kravama, te slatkovodnim ribama. Karakteriziraju je ljuti umaci i pikantnost što samo pravi poklonici zaljućene hrane mogu pojesti sav obrok. Ovdje caruju oštri začini, počev od crvenih, ubitačne ljute paprike, koja u našu staru Europu i u naše krajeve nije stigla iz Amerike, poput chilija, sečuanskog papra, češnjaka i korijandera, pa do octenih fermentacija i đakonija u kojima je dominantan češnjak. *Ma-po*, mahunska đakonija s umakom od već spomenutih crvenih paprika (dobila ime po kuharici), specijaliteta od piletine opet u ljutom umaku, dva puta kuhane svinjetine, pa onda govedine u celofanu, *bang-bang* piletine, i tako redom da bi i Meksikanci posrnuli. Ukratko Sečuan je najglasovitiji gurmanski centar i najljuća blagovaona. Konobari su u sečuanskim restauracijama vrlo žustri, nešto oštri, hitri; u skoku prilaze stolu, prime narudžbu i, zavisno o vrsti, naglo nestanu iza nekih prolaza - kao zečevi.

Kuhinja *sjevera* smatra se klasičnom kineskom kuhinjom. Bazira se na pšenici prosu, heljdi, kukuruzu, slatkom krumpiru i riži. Od mesa se upotrebljavaju govedina, ovčetina, svinjetina i pileтина, a najčešći začini su češnjak, korijandar i luk. Riža se ne jede toliko koliko u drugim krajevima, a umjesto nje poslužuje se često mekani kruh i neka vrsta pogače od pšeničnog brašna, kvasca i vode koja se savije poput ubrusa.

Kantonska - južnjačka kuhinja je osvježujuća i slična europskoj ali i poznata po specijalitetima koji ne odgovaraju europskom ukusu; vodene zmije, skakavci, mravi, psi, mačke i majmuni. Još nedavno vruć mozak živog majmuna bio je glavna poslastica. Sada je to jelo zabranjeno u javnim lokalima, “šuška se” da gastronomi mogu u tom “specijalitetu” uživati tajno. Specijalitet su juhe od repa morskog psa, jelo po imenu *Dragon Dual Tiger* - kombinacija mesa zmije i divlje mačke i *Tisućugodišnja jaja* - mariniraju se u konjskom urinu. U uličnim restauracijama možete kušati vodene zmije u dobro začinjenom egzotičnom umaku. Kantonski kuhari su najinventivniji i u svom poslu najveći avanturisti, što dokazuju i svojim delicijama, kao npr.; prženom tjesteninom, slatkokiselom

svinjetinom, gljivama s kosanom piletinom i posebno zapečenom svinjetinom čija je kožica nevjerojatno ukusna.

Kjansu pruža slatkaste umake.

Šandung posvećuje pažnju kuhanju juha od morskih plodova i mliječnih čorbi.

Pekinška - mandarinska kuhinja je otmjena i osmišljena da zadovolji ukuse vladara i plemića. Zapravo eklektična kuhinja (najbolja kuhinja u kojoj se miješaju različiti pravci ali i kuhinja koja je središte doma), nadahnuta različitim regionalnim utjecajima, no kao “kuhinja sjevera” odlikuje se mnogim ljutim začinima za zagrijavanje. Mnogo se koristi janjetina, blizina Mongolije donijela je i specifične napatke - roštilj, a vrhunac ponude je glasovita *Pekinška patka*, skupo i prestižno jelo koje je ostalo zaštitnim znakom kineske kuhinje u restauracijama svjetskih metropola i po pravilu se naručuje dan ranije. Umjesto riže dosta se jede tjestenina, pa čak i kruh.

Šangajska kuhinja - istočna kuhinja zbog utjecaja mora mnogo se jede morska hrana, no ipak je slatka, teža i masnija nego u ostalim kuhinjama. Popularno jelo je *Pijano pile*, koje se priprema sa *Shaoshigom*, jakim kineskim vinom sličnim prošek. Karakteristika kuhinje jest da se morski plodovi ili pileтина (najpopularnije namirnice) pripremaju u vlastitim sokovima koji čuvaju izvorni okus hrane. Od ostalih namirnica dosta se koriste jegulje, meduze i glasoviti šangajski riječni rakovi. Vrijeme pripreme znatno je dulje nego kod kantonske kuhinje. Za Istok je tipično da se meso i povrće kratko vrijeme prže u vrućem ulju, a onda se prelije hladnom vodom.

Vrhunac kineskog kulinarstva je raskošna *mandžursko-kineska* gozba. Poslužuju se hladna i topla predjela, glavno jelo, jela sa žitom, slatka jela, desert i voće - ukupno 110 đakonija. Gozba traje od jednog do tri dana. Spomenimo i to da suvremena jednostavna mandžursko-kineska gozba u Pekingu ima na popisu 30 jela.

Čarolija kulinarskog umijeća otpočinje na ulici gdje su na nogostupima smještene su male narodne kuhinje, gdje se za sitan novac kupuje prvi jutarnji obrok. To su palačinke u koje se zamataju već pripremljeni štapići, Europejcu nepoznatog sastava. Smotane palačinke peku se u velikoj tavi i pritiskuju željezom koje slična upijač. Zatim se premaže ljutim ili slatkim umakom, već po volji.

Postoje i slične pogačice s lukom. *Džao* je popularna loptica (specijalitet Kineza, Mongola i Japanaca) od tijesta i kisanog mesa koji se kuhaju u proključaloj vodi. Vegetarijanci ih mogu naručiti samo od povrća.

Kuhar uličnog restorana, u prljavoj bijeloj kuti, vješto vrteći iznad glave spravlja tanke niti – rezance – i nakratko ih baca u kipuću vodu. Odmah potom poslužuje zdjelicu punu tjestenine u juhi od svinjetine ili piletine. Uz jedna od mnogobrojnih sojinih umaka započinje jutarnji obrok koji zovu – *miantiao*.

Takvih uličnih restorana ima bezbroj, a svaki nudi nešto novo. Jedno od tradicionalnih jela je – *jiaozi*, koje se obavezno pripravlja tijekom Proljetnog festivala ili u danima kineske Nove godine. To je nadjevena tjestenina mljevenim mesom, povrćem, rakovima, odnosno svime što je dostupno.

U Kini se jede sve. Tako se zmija najbolje priprema u velikom kineskom gradu Kantonu. U nekim restoranima donijet će vam čovjek u dugim crnim rukavicama zmiju, razvući je kako bi vidjeli što ćete jesti. Ako je riječ o predjelu, na stolu će najčešće doći pržene tek izlegnute zmije, ili pak one ukiseljene. U drugim će zmiju izrezati na komade pa je onda prže na ulju ili je kuhaju u juhi sa začinima (zar se kod nas ne pripremaju jegulje na sličan način).

Kantonci kažu da u jesenskim danima nema priyatnijih jela od ovih. Žuč zmija, koja se koristi kao afrodizijak, pije se s rakijom i izuzetno je skupa. Za Europljana nema egzotičnijih jela od škorpiona i skakavaca prženih u ulju ili ličinke leptira na žaru. Kad se oguli ljuska i izvadi mala ličinka ostanu bijela vlakna koje se tope u ustima i okusom podsjećaju na škampe.

Osim zmija, Kinezi jedu i gnijezda jedne vrste lastavica, peraje morskog psa, skakavce, meduze, tetive s noge bika, bambusove mladice. Ne zaboravimo da kineski gurmani već više od tri tisućljeća uživaju i u vinogradarskom pužu.

Karakteristično jelo – *hougou* za koje postoje bezbrojne inačice je podrijetlom iz središnje Mongolije. Pred gosta uvijek dolazi lonac podijeljen u dva dijela. U jednom od njih je npr. pileća juha s povrćem, a u drugom je ista juha, ali s ljutim začinima i suhim ljutim paprikama, što joj daje vatrenu crvenu boju. Lonac koji se postavlja na plinsko kuhalo održava jelo vrućim, a sadržaj, obzirom na bezbroj inačica može biti od ribe, rakova, školjki, morskih algi, do raznih vrsta mesa od kojih je specijalitet ovčje. Štapićima se uzimaju komadi u umaču u neki od bezbroj umaka. Karakteristika kineske kuhinje jesu i poetska, neobična imena za jela koja sprema. *Fotiaoqiang* - *Budistički skok* ili «*i sam Buda bi preskočio zid da se omrsi uz ovaj lonac*» je čorba od morskih proizvoda i šumskog bilja. Ime je dobila zbog božanskog mirisa koji je naveo budističkog svećenika, kome religija inače zabranjuje jela životinjskog porijekla, da preskoči zid hrama da bi

uživao u njoj. Prema priči sve se dogodilo u gradu Fuzhoaua, južnoj Kini, u doba dinastije Qing. Kraljev učitelj s društvom je odlučio upriličiti odmor u prirodi, a to je uključivalo i bogat objed. Tom prigodom ponijeli su pregršt sirove hrane: morskog psa, različite vrste ribe, morske krastavce, pileće i svinjske iznutrice i noge, testise bika, srž bambusove stabljike, gljive i salate svih vrsta. U uzavreli lonac, pun vina, u kojem se već kuhalo desetak ptičjih jaja pomalo su ubacivali sve što su donijeli. Dok se širio omamljujući miris jela, iznenada im je pristupio budistički svećenik kojeg je miris nagnao da preskoči samostanski zid i pridruži im se u gozbi.

I druge delikatese imaju simbolične nazive - *sastanak majke i sina* - jelo od kokoši i jaja; *borba zmaja i tigra* - jelo pripremljeno od zmije i mačke; *majmun na drveću* - fileki i zelje

Posebnu draž kineskoj kuhinji daje to što po nazivu nikada niste sigurni kakvo će vam jelo doći na stol. I to je tako u većini od stotina tisuća restoracija u Kini – od onih u nekadašnjoj carskoj palači, preko restoracija u rodnoj kući autora “*Sna crvene sobe*” - jednog od najčuvenijih djela kineske literature, do najobičnije ulične restoracije u Pekingu. No bez obzira na tu neizvjesnost, jelo koje kušate u kineskoj restoraciji neka je vrsta prijatne avanture koja završava u gastronomskom zadovoljstvu - interesantnoj aromi, specifičnom okusu i biološki vrijednoj hrani, jer Kinezi svoju hranu pripremaju mnogo kraće nego mi. Sve namirnice režu na kockice, tanke kriške ili rezance, da bi se jela mogla jesti štapićima, a priprema je nakon toga kratka i jednostavna.

Osnovna karakteristika je

minimalna količina prehrambenih proizvoda, minimalna količina utrošenog goriva i dosta utrošenog vremena za pripremanje sastojaka potrebnih za kuhanje.

Tehniku pripremanja možemo podijeliti na:

- *prženje*
- *kuhanje u pari*
- *pečenje*
- *prženje u “dubokom ulju”*
- *produženo kuhanje ili pirjanje*
- *kombinacija različitih tehnika*

Prženje

Sastojci koji se koriste u svakoj pripremi su: povrće, meso, dehidrirano ili konzervirano povrće i meso. Kinezi nikada ne prekuhaju povrće ili meso, niti bacaju vodu u kojoj se kuhalo. Isto tako najčešće ga izrežu na komadiće i isprže na malo ulja. Ulje od kikirikija, koje se često koristi, mora se pušiti (to je znak da se povrće može pržiti) prije nego što se u njega stavi povrće. Istovremeno se u ulju stavlja malo soli i stalno miješa. Mora se paziti da vatra ne bude previše jaka. Nakon 1-2 minute neće se više pušiti zbog vode koju sadrži povrće. Ponovo pušenje je znak da se više ne treba pržiti i da je povrće spremno za posluživanje. Da bi bili sigurni da je sve podjednako gotovo, dodaje se 1/4 do 1/2 šalice vode i odmah poklopi, i ostavi pržiti još 2 minute. Vatra mora biti srednje jačine da povrće ne zagori, jer se ne miješa, a ni voda ne smije previše ispariti. Nakon 2 minute otklopite posudu i ukoliko ima vode na dnu dodajte žličicu gustina (škrobno brašno) razmućenog u vodi (1/3 šalice). Gustin stavite u sredinu posude a povrće prethodno gurnite prema stjenkama posude. Tekućina mora dobiti gustinu soka od pečenja. Kod ovog postupka posuda mora biti dovoljno vruća, jer se sve mora skuhati za nekoliko sekundi. Gustin je važan sadržaj kineskog načina kuhinje jer pokriva komadiće povrća i time zadržava njihov prirodan okus.

Meso se priprema na slijedeći način: zagrijte ulje u tavi sve dok se ne počne pirjati (tušiti), stavite malo soli u ulje i dodajte meso koje je prethodno izrezano na manje komadiće (veličine zalogaja). Miješajte 1 minutu, ili dok nije isprženo.

Govedina se miješa u tavi samo 5 sekundi, a onda se vadi. U istoj tavi, koja se još puši, prži se povrće. Ostalo meso, osim govedine, ostavlja se u tavi tijekom prženja povrća. Govedina se ponovo vraća u tavu poslije dodavanja gustina, dobro se promiješa i iznese za stol.

Kuhanje Na ovaj način jela se lako pripremaju pod uvjetom da posjedujete odgovarajuću posudu za kuhanje u pari. Za jela kuhana u pari Kinezi upotrebljavaju niz posuda načinjenih od pletenog finog pruća, koje ulaze jedna u drugu i sve zajedno se stavljaju u lonac s parom. Pri tome se sastojci koji se duže kuhaju stavljaju na dno (meso), a pri vrhu oni koji brže omekšaju (određeno povrće). Na ovaj način se obično kuhaju jela od mesa. U usporedbi s kineskim jelima, Europljani obično prekuhaju meso te “kineska jela” imaju nešto drugačiji okus od istih jela u kineskim restauracijama. Jela se kuhaju između 10 i 20 minuta.

Pečena jela

Kineska pečena jela pripremaju se od svinjetine, rebarca, piletine, pačjeg i gušćjeg mesa. Glavni začini su za njih umak od soje, šećer i začini za pečenje mesa. Začini za pečenje mesa ili *heng nju fan* na kineskom, sastoje se od 5 različitih začina:

- papar (*Illicium anisatum*) ponekad ima i preko 2 cm u promjeru
- klinčić (*Jambosa caryophyllus*)
- anisov papar (*Xanthaxlum piperitum*) predstavlja jedan od popularnih začina za jela od morskih riba
- cimet (*Cinnamomum cassia*)
- komorač (*Foeniculum vulgare*)

Postoje dva načina začinjavanja u kineskom načinu kuhanja:

neposredni način - meso, izrezano na komadiće željene veličine, jednostavno se marinira mješavinom začina za pečenje mesa, umakom od soje, šećerom, solju, paprom, a ponekad i uz dodatak malo šerija ili viskija. To mariniranje traje bar 15 minuta prije pripremanja jela. Ako se jelo peče u pećnici sa samo jednim snažnim izvorom topline (odozgo), onda se meso ostavi da postane tamno s jedne strane, pa se okrene da bi se ispeklo i s druge strane. Ukoliko se pripremaju rebarca ili sitno rezani komadi mesa, za pečenje nije potrebno više od 30 minuta pečenja. Za patku ili pile od 1 1/2 kg, pečenje ne traje duže od 2 sata.

posredni način - koristi se samo za perad kad se peče u komadu, zato što tada postoji unutrašnja površina koja se namaže navedenom mješavinom začina (3/4 ukupne količine mješavine), otvor se zašije uzicom ili zatvori metalnom kopčom namijenjenom samo za tu svrhu. Preostala količina začina služi za začinjavanje izvana po koži. Perad se maže najmanje 15 minuta prije pečenja. Prednost ovog načina je u tome što tijekom pečenja začini koji se nalaze u unutrašnjosti mesa nemaju kud otjecati te se u njega upijaju, dok s vanjske strane mesu daju pomalo slatkasti okus.

Prženje u dubokom ulju

Prženje u dubokom ulju Kinezi ne koriste često zato što ima mnogo drugih zanimljivih načina pripremanja hrane, te nerado troše veću količinu ulja koje je potrebno za ovaj način kuhanja. Tehnika prženja u dubokom ulju sastoji se u tome što ulje treba dobro zagrijati prije nego što se počne s prženjem (na temperaturi od 190-200 °C). Isto toliko je važno i da se ništa ne preprži (npr. račići koje treba pržiti samo 5 minuta). Jedina opasnost da se jelo preprži je ako ulje nije dovoljno zagrijano. Prženje ribe od 1 1/2-2 kg traje 20 minuta. Uobičajeno je da se u dubokom ulju isprže svi sastojci, a da se prije posluživanja dodaju začini.

Kombinirano kuhanje

Ovim pojmom se želi izraziti vještinu kineskog kuhanja tj. dugog kuhanja. Ovaj način se obično primjenjuje na juhe čiji se sastojci ili prije isprže ili koriste onakvi kakvi jesu, a zatim stavljaju u lonac s dovoljno vode. Juha mora prvo ključati - provreti, nakon toga "struji" na laganoj vatri od pola sata do nekoliko sati. Ovako pripremljena juha predstavlja posebno jelo. Primjer za to je juha od kineskog sira s orasima, crvenim datuljama, pečurkama i zlatnim iglicama koja se kuha 1 sat. Sve kineske juhe su vrlo ukusne i hranjive i smatraju se sastavnim dijelom objeda. Postoji veliki broj juha koje se mogu pripremiti za manje od 1/2 sata, no isto tako ima ih koje se pripremaju nekoliko sati, pa čak i dana.

Juhe se pojačavaju i na slijedeći način: zagrije se žlica ulja dok se ulje ne počne pušiti, doda se malo kisanog bijelog đumbira i miješa 30 sekundi. Tada se doda juha od kuhanih kostiju i ostali sastojci potrebni za određenu juhu.

Jela od mesa i piletine najbolje je pripremati u potpunosti prije nego što ih počnete kuhati ili peći. Umaci i začini dodaju se radi okusa ili da bi omekšali meso, a povrće se za prženje reže na jednake komade.

Dodaci

Stavljanje veće količine nekog začina daje jelu određen okus, dok manje količine istog začina stvara neodređen okus. Tajna kineske kuhinje se možda i sastoji u tome što njegovu količinu određuje sam kuhar. Neki kuhari stavljaju u sva jela malu količinu đumbira, ulja od sezama ili narančinu koru da bi svoj način kuhanja obilježili posebnim okusom, dok drugi koriste mješavinu ova sva tri začina ili ih uopće ne koriste.

Umaci

Pored začina, u kineska jela se stavljaju i razni umaci, a stavljaju se na stol tijekom objeda, tako da svatko umače zalogaje u umak ako smatra da se njime poboljšava okus posluženog jela.

Uz jela od mesa najčešće se poslužuju:

<i>umak od šljiva</i>	od zelenih kineskih šljiva
<i>Dou si</i>	začin jakog okusa; 3 djela umaka od soje, 1 češanj češnjaka, 1 dio đumbira
<i>senf</i>	razmućen s vodom, a ne sa octom
<i>umak od kamenica</i>	gust, slan umak smeđe boje napravljen fermentiranjem kamenica i fino sjeckanog đumbira; uvijek se čuva u hladnjaku, umjesto njega možete koristiti umak od soje pomiješan monosodijum glutamatom („poboljšivač okusa“)
<i>umak od soje</i>	<i>tamni</i> - gust i neslan koristi se kad se jelo želi učiniti tamnijim; <i>svijetli</i> - jako slan, koristi se kad se jelo treba dosoliti
<i>umak od crvenih paprika</i>	tabasko-umak
<i>kineski ocat crni</i>	koristi se uz pržene rezance; taman je i blag te ga razrijeđenog s vodom možete koristiti umjesto čistog octa, rižinog octa ili octa od jabukovače
<i>satay umak</i>	drži se u bočicama, a sastoji se od mljevenog prženog kikirikija i začina; čuva se u hladnjaku
<i>ljuti kineski čili umak</i>	prodaje se u malim bočicama i treba ga čuvati u hladnjaku, <i>slatki čili umaci</i> koriste se kao dodatak prženim jelima ili kao njihov sastojak
<i>Sang si ženg</i>	Polutekući začin blagog okusa; 2 dijela umaka od soje, 1 dio prevrelog sira, sve dobro izmiješajte da postane jednolična smjesa (pasta)
<i>umak od soje i kineski ocat</i>	koristi se uz pržene rezance

<i>Mirisni kotlić</i>	kineska mješavina od octa, šećera, čilija, soka limete, češnjaka. Ovu mješavinu inače zovu <i>Pet začina – pet aroma</i> i okosnica je kineske kuhinje kao marinade za meso. Recepti se razlikuju jedino u omjerima dodanih sastojaka, a količine pojedinih sastojaka određuju specifičnost arome
-----------------------	---

Namirnice bez kojih nema kineskog jela:

<i>Agar-agar</i>	vrsta želatine koja se radi od morskih algi. Nije ju potrebno držati u hladnjaku, a daje čvrstu želatinu zanimljivog hrskavog okusa
<i>Bambusove mladice (izdanci)</i>	svijetle mladice bambusa koriste se kao povrće. Obično se prodaju već skuhanе, narezane i konzervirane. Zimski je bambus bolji, jer je znatno mekaniji. Jelima daju specifičan orijentalni okus (kao zamjenu možete koristiti svjež celer ili pastirnjak).
<i>Biljno ulje</i>	blago biljno ulje koristi se za prženje, ali Kinezima je ipak draže „kuhano“ ulje. To je ulje koje je korišteno jednom ili dvaput za prženje i izgubilo je svoj „sirovi“ okus
<i>Zvezdasti anis</i>	jaka i oštra okusa, možda nije za osjetljive nepce. Znalci ga koriste kao začim za meso i perad
<i>Chili</i>	crvene ili zelene papričice melju se u prah. Čest je i <i>chili-umak</i> – ljuti crveni umak od papričica s dosta octa, šljiva, šećera i sezama
<i>Đumbir</i>	korjenasti začim, temelj istočnih kuhinja. Guli se (na tanke prutiće), riba ili reže, čuva se na suhom i hladnom mjestu, a u pijesku izdrži čitavu sezonu. Sušeni đumbir nije mu dobra zamjena, ali kristaliziran se može koristiti u nedostatku svježeg
<i>Sušene gljive Shitake ili wood ears</i>	sušene gljive posebna okusa, jelu se dodaju u malim količinama, pošto se natope u vrućoj vodi. Vrlo su skupe. Kao zamjena možete koristiti – pečurke (šampinjone)
<i>Gljive crne</i>	već sušene čuvaju se na hladnim tamnim mjestima kako ne bi popljesnivile. Prije upotrebe namočite ih 20 minuta u vrućoj vodi, odrežite im tvrdi stručak, a klobuke koristite cijele ili narezane
<i>Zlatne iglice</i>	Svježe ili konzervirane pečurke
<i>Vodene gljive</i>	su već namočene i možete ih dodavati umacima ili juhama
<i>Gljive obojnjače</i>	prodaju se u limenkama, a ponekad i svježe. Male su, tamnosive i okrugle, a kad prerežete vidjet ćete u sredini oblik druge male gljive. Nakon što ih otvorite, čuvajte ih u hladnjaku najdulje par dana
<i>Umak od crnog graha</i>	pikantan gust i slan umak u nekoliko varijanti, ovisno je li osnovi graha dodan chilli, češnjak ili sojin umak,
<i>Klice graha</i>	Zamjena je sitno kosano zelje (kupus)
<i>Hoj sijen ženg</i>	umak od mješavine pirea jedne vrste graha i čilija (ljuto-slatkast okusa)

<i>Hoj sang ženg</i>	umak od: ¼ kečapa, ¼ đumbira u prahu, ¼ češnjaka i ¼ ljutog ajvara,
<i>Heng nju fan</i>	začin za pečenje. Kako se teško nalazi mješavina jednakih dijelova anisovog sjemenja, cimeta, klinčića i đumbira u prahu u potpunosti će ga zamijeniti
<i>Vodeni kesten (Trapa natans, kod nas poznato pod imenom vodeni orah, vragolić)</i>	malo okruglo hrskavo. Vrsta hrskavog povrća (kineski šaš), prodaje se u limenkama. Blagog, jedva slatkastog okusa. Neupotrijebljene vodene kestene čuvajte prekrivene u posudi s vodom u hladnjaku, ali ne dulje od nekoliko dana. Umjesto vodenog kestena možete koristiti jabuke „delišes“ (pazite da ih ne prekuhate), izrežite ih na vrlo tanke kriške i dodajte jelu neposredno prije iznošenja jela) ili prije iznošenja. Možete koristiti i celer
<i>Kineski kupus, zeleno povrće</i>	razne vrste kineskog kupusa imaju opću primjenu, a odlično prijaju sirovi ili pirjani. Nalik su prevelikom kupusu s dugim zelenim lišćem na tankoj visokoj stabljici (najviše slični raštiki). Prodaje se na kineskim tržnicama i možete ga čuvati u hladnjaku nekoliko dana. Bijele dijelove stabljike narežite na rezance duge 10 cm i kuhajte dulje od lišća
<i>Kinesko ukiseljeno povrće</i>	to je mješavina đumbira, mrkve i mladog luka
<i>Prah pet začina</i>	Pikantan začin (slan, sladak, ljut, kiseo i gorak), upotrebljava se u apotekarskim dozama. Sastoji se od: anisa, cimeta, komorača, klinčića i papra. Pomiješan sa solju koristi se kao umak za prženu hranu te kao dodatak nekim jelima
<i>Kineski papar u zrnu</i>	male, crvenosmeđe suhe bobice slatkastog mirisa i blago paprena okusa. Dodaju su cijele varivima i juhama ili samljevene i pomiješane sa sojom u koje se umače pržena hrana
<i>Kore za proljetne rollice</i>	tanki listovi tijesta koriste se za umatanje pržene hrane, a pri prženju postaju jako hrskave. Pri upotrebi im čuvajte vlažnost tako, što ćete ih prekriti vlažnom krpom. Neupotrijebljene kore dobro umotajte u plastičnu foliju i spremite u zamrzivač
<i>Korijandar</i>	listići sjemenkaste biljke istog naziva, poznatiji pod imenom kineski peršin
<i>Kukuruz, mladi klipići</i>	prodaju se u limenkama, a ponekad i svjež. Ti su minijturni klipići ugodnog hrskavog i blagog okusa i omiljen su dodatak prženoj hrani
<i>Mirin – vrlo slatki sake</i>	vrlo slatki sake. Radi se od ljepljive riže uz dodavanje alkohola. Mirin se u Japanu smatra pićem žena, ali se

	ponajviše upotrebljava kao začin jelima. Od mirina se pridodavanjem fino samljevene riže pravi <i>shirosake</i>
<i>Sušeni račići</i>	Kinezi su veliki majstori u sušenju svih namirnica; račići i školjke koji se prije kuhanja namaču u toploj vodi standardne su kineske namirnice
<i>tjestenina od jaja</i>	prodaje se u malim zgužvanim gnjezdima. Prije kuhanja ih namočite ili nakratko prokuhajte kako bi se razdvojili. Svježe rezance treba samo nakratko prokuhati u slanoj kipućoj vodi
<i>Rižino brašno</i>	umjesto njega možete koristiti mješavinu $\frac{1}{2}$ gustina i $\frac{1}{2}$ običnog brašna
<i>Rižini rezanci</i>	vrlo tanke, blijede trakice krute vrste tjestenine napravljene od rižina brašna. Treba ih namakati u vrućoj vodi da bi omekšali i ne treba ih dugo kuhati. Namjeravate li ih pržiti, nemojte ih namakati, nego ih izravno stavite u umjereno toplo ulje i pržite ih tek onoliko koliko im je potrebno da promijene veličinu, pobijele i postanu hrskavi
<i>Celofanski rezanci</i>	uz standardne rezance od jaja ili riže, posebni specijalitet kineske kuhinje su staklasti, tzv. celofanski rezanci
<i>Sezamovo ulje</i>	tamnosmeđe ulje jakog okusa koji podsjeća na badem, napravljeno od sjemenki sezama. Koristi se za obogaćivanje okusa prženih jela i marinada
<i>Soja</i>	Jednogodišnja mahunarka koja u industriji prehrane ima važnu ulogu. Od nje se proizvodi ulje, brašno, tvornički umaci, a kod proizvodnje bezmesnog mesa (hrane budućnosti) jedan je od bitnih elemenata
<i>Sojine klice, mladice</i>	izrasle iz zelenih zrna (ili većih, žućih sojinih zrna) – mogu se nabaviti svježe ili konzervirane. Jedu se svježe ili pržene. Nakratko ih namočite u ledenoj vodi da bi bile hrskave. U hladnjaku ih možete čuvati kratko, samo nekoliko dana
<i>Crna sojina zrna</i>	usoljena i fermentirana sojina zrna mekana su i jako crna. Narežite ih i koristite kao slani začin
<i>Soja umak</i>	Proizvodi se od sojina sjemena (ponekad i od pšenice i raži) posebnim načinom fermentacija koja može trajati i godinu dana. Upotrebljava se kao začin juhama, varivu, umacima i dr.
<i>Staklasti rezanci</i>	Končasti rezanci od mungo-graha ili morskih alga, kuhanjem postaju prozirni kao staklo. Ta vrsta rezanaca omiljen je prilog ili pridodatak juhi u Kini i Japanu. Nakon kuhanja prepeku se na kosanom luku i svinjskoj masti do hrskavosti i začine umakom od soje

<i>Tofu</i>	glasoviti nadomjestak sira, sir od soje, bogat bjelančevinama jede se sirov ili pečen, a koristi se i kao dodatak za juhe, preljeve, salate i kuhana jela. „ <i>Mekani</i> “ tofu prodaje se pakiran u male plastične tube s vodom i koristi se za dodavanje juhama i jelima od mesa ili povrća. „ <i>Čvrsti</i> “ tofu narežite za prženje i dodavanje pirjanim jelima, a „stiješnjen“, koji je još tvrdi, možete pržiti dok mu površina dobro ne potamni
<i>Vino; šeri, rižino, đumbirovo vino</i>	suhi šeri odgovarajuća je zamjena za rižino vino. Đumbirovo vino također daje dobar okus
<i>Wok</i>	Za pripremanje nekih jela koristi se posebna posuda - wok. To je duboka, velika posuda kosih stjenki, načinjena od debelog lijevanog željeza. Kose stjenke omogućavaju da ih plamen liže do ruba tako da se ne zagrijava samo dno. Wok se može jako i podjednako zagrijati i u njemu se jelo vrlo brzo zgotovi i odmah posluži
<i>Won Ton kore</i>	mali tanki kvadratići tjestenine napravljeni od žumanjaka i brašna. Prodaju se u paketićima od tridesetak komada i mogu odležati nekoliko dana u hladnjaku. Uz wok se upotrebljava lopatica za miješanje i grabilica za vađenje hrane iz woka. Ako se đumbirom istrlja dno i stjenke woka, riba se sigurno neće lijepiti
<i>Wan</i>	je malena zdjelica za rižu i juhu koje su uvijek na jelovniku



Kineski kupus, *bok choy*, povrće koje se često koristi u kineskoj kuhinji.

Priprema koja uključuje guljenje i rezanje namirnica obavlja se satarom ili sjekiricom.

WOK - vok (ili Sukiyaki; čitaj skijaki)

Za pripremanje nekih jela koristi se posebna posuda – wok. To je duboka, velika posuda kosih stijenki, načinjena od debelog lijevanog željeza. Kose stijenke omogućavaju da ih plamen liže do ruba tako da se ne zagrijava samo dno. Wok se može jako i podjednako zagrijati i u njemu se jelo vrlo brzo zgotovi i odmah posluži.





Skijaki kineski je naziv posude, koja je tamo poznata već najmanje tri tisuće godina, a Sukiyaki u Japanu.

Tradicionalni wok izrađen je od lijevanog željeza, materijala koji je izuzetno dobar vodič topline, ali je za današnji suvremeni način života kompliciran za održavanje. Naime, wok može zahrđati ako ga se dobro ne naulji prilikom korištenja.

Osnovna karakteristika te polukružne posude zaobljena dna je, zbog takvog oblika, ravnomjerno zadržavanje topline duž stijenki. Kuhanjem u woku se štedi energija, minimalizira količina masnoće a namirnice se u svim dijelovima posude ravnomjerno prže. Wok je originalno bio namijenjen kuhanjem na otvorenom ognjištu.

Tom jednostavno oblikovanom predmetu, namirnica se može pripremiti na baš sve načine: kuhati, pirjati, dušiti, pržiti i peći (poklopljeno). Taj jedinstveni oblik nastao je silom prilika, u davna vremena kad se kuhalo na maloj pećici gdje je stala samo jedna posuda, a usto se štedjelo gorivo (baš kao i danas). Sve je trebalo pripremiti što prije. I zaista, sve je gotovo za nekoliko minuta, a namirnica ostaje sočna, vrijedna (bolje se očuvaju sastojci) i ukusna. Po običaju Dalekog Istoka, još joj se dodaju razni ukusni, ljuti ili vatreni umaci. Iz svih tih razloga omiljena je tolikom nizu generacija i nije čudno da je sve više prihvaćaju i stanovnici drugih kontinenata.

Najzahtjevniji i najdugotrajniji posao kod kuhanja u woku je pripremanje namirnica i začina prije početka kuhanja. Kuhanje u woku traje najviše 10 minuta pri čemu trebate neprestano miješati sastojke kako ne bi zagorjeli. Sve namirnice treba očistiti i nasjeckati prije kuhanja jer kasnije nećete imati vremena. Meso treba nasjeći na komadiće veličine zalogaja, a povrće na kokice podjednake veličine kako bi se sve podjednako skuhalo (nikako se ne smije izrezati presitno ili na listiće jer bi tada izgorjelo i potpuno promijenilo okus i hranjivost). Lisnato povrće (npr. špinat, blitva ili peršin) uopće se ne koristi za kuhanje u woku jer bi odmah izgorjelo. Namirnice potrebne za pripremu jela najbolje je staviti u male zdjelice prema redoslijedu kuhanja kako bi bilo lakše rukovati. Pred kraj kuhanja u jelo se stavljaju unaprijed pripremljeni umaci koji se razlikuju od jela do jela.

Meso i riba obično se mariniraju 24 sata u posebno pripremljenim marinadama od soje umaka pomiješanog sa kineskom rakijom i sokom đumbira. Osim što meso omekša dobije posebnu aromu.

Za tako pripremanje jela potrebno je:

<i>Prvo</i>	zagrijati wok na temperaturu od 250 °C,
<i>Drugo</i>	malo masnoće zagrije na vrlo visoku temperaturu. Masnoća se nalazi na dnu posude,
<i>Treće</i>	prvo se stavljaju namirnice kojima treba više vremena za pripremu. Sitno narezane namirnice bace se u malim količinama na dno. Čim se poprži, makne se s dna na kosu stjenku, a u dno se baci nova količina namirnice da se naglo prži, dok se prva količina dovršava na nižoj temperaturi. Odmah se vadi i jede u zdjelicama. Istog trena dodaju se pripremljeni dodaci, tako da npr. sirovo jaje, bačeno na kipuće meso, sa sokom što ga je pustilo i pripremljenim povrćem stvara umak; namirnice se neprekidno miješaju štapićima. Svaka faza traje između 1 i 3 minute, a cijeli postupak kuhanja je izuzetno kratak i traje između 5 i 10 minuta.

Jelo se malo ohladi i pojede a već stiže svježa količina kipućeg sastojka iz woka.

Vok se postavlja na stol i tamo priprema, a u zdjelama se nalaze drugi pripremljeni sastojci:

- umaci, skuhana riža ili tjestenina, nekoliko vrsta povrća, koje je uvijek ne samo usitnjeno, nego i ukrasno narezano.

Na Voku se prži, kuha ili pirja meso samo ili s povrćem. Ovisno o naputku postoje jela samo od mesa, samo od povrća ili miješana, prži se sir, voće..... takoreći sve.

Izvorni kineski wok je jednostavan, težak i ravnomjerno raspoređuje temperaturu. Nema poklopca.

Moderni Vok ima ugrađeno i električno grijače mjesto. Temperatura se može podešavati. Sklopiva mrežica omogućuje da se namirnica “seli“ s dna na stranice, a zatim jednostavnije vadi nego što se originalno radi - izvlači štapićima.

Miješano meso iz voka

Za 6 osoba: 30 dag bijelog pilećeg mesa, 30 dag goveđeg filea, 25 dag čiste svinjetine, 12 repova velikih rakova, 3 struka poriluka, sojin umak, 1 dl soka od rajčice, žličicu currija, kuhanu rižu, prženu kinesku tjesteninu, 1,5 l nemasne juhe od peradi.

Držite meso 15 minuta u zamrzivaču, da se lakše mogu izrezati na ploške tanke poput papira. Ako je to teško izrežite na kockice. Skuhajte rižu. Načinite umak od rajčice i curry-a. Zeleni dio poriluka izrežite na kolute, bijeli dio o duljini. Na pladanj rasporedite meso i račiće, dodajte bijeli dio poriluka. Zagrijte juhu da provri i staviti je u wok, i dalje zagrijavati na stolu. Svatko štapićima uzima komade mesa i račiće, te drži u juhi da se skuha. Uz to se poslužuju kao pribor i male cjediljke za vađenje komadića namirnica ako su pale u juhu.

Junetina iz voka

Za 4 osobe: 70 dag junetine od buta narezane na deblje rezance, po 1 crvena i zelena paprika, 1 žlica ulja, 1 žlica kima, 1 nasjeckana glavica luka, 1 češanj češnjaka, žlica ribanog đumbira, 1 žlica curry paste, ½ žličice soli.

Paprike narežite na kockice. U woku zagrijte ulje i ispržite kim (otprilike 2 minute). Dodajte luk, zdrobljeni češnjak, đumbir i pržite još 3-4 minute. Dodajte papriku pa pržite još 5 minuta. Na kraju umiješajte meso i nastavite pržiti još petnaestak minuta, odnosno dok meso ne omekša.

Piletina iz voka

Za 4 osobe: 2 komada pilećeg filea, 1 žlica ulja, 2 srednje velike tikvice, 1 patlidan, 2 mrkve, svježa crvena paprika, gotov umak od oštriga (kamenica), na vrhu noža mljevene čili papričice, žlica sjemenki sezama, ribani svježi kupus za ukrašavanje.

Piletinu izrežite na kockice. U wok stavite ulje, na kockice narezane tikvice i patlidan, na tanke kriške narezane mrkve, na kockice narezanu papriku. Pržite petnaestak minuta. Zalite umakom od oštriga, dodajte čili papričicu. Posipajte sjemenkama sezama i promiješajte. Poslužite uz ribani svježi kupus.

Piletina s indijskim oraščićem

Za 4 osobe: 25 dag pilećeg filea, 20 dag riže, 1 žlica ulja, 1 dl pileće juhe, šaka indijskih oraščića, srednje velika mrkva, 1 crvena paprika, 20 dag šampinjona, 2-3 shiitake gljive, 1 manja tikvica, 1 manji nasjeckani poriluk, 1 češanj češnjaka.

U wok ulijte ulje, stavite na kockice sjeckano meso, zalijte juhom, pirjajte dok meso ne pobijeli. Dodajte na komadiće narezano povrće i oraščiće. Pirjajte dok povrće malo ne omekša i poslužite uz kuhanu rižu.

SUKIYAKI

Specifična kombinacija Japanske kuhinje i kineskog voka.

Sastojci: po 30 dag junećeg filea i ramstecka, 1 l mesnog bujona, svježe mljeveni papar, 1 žličicu umaka od soje ili 1 žličicu šećera u prahu, 1 žličicu komovice, desetak pupoljaka cvjetače, 1 paprika, 2 manja luka, 2 jajeta.

Meso izrežite na tanke ploške (krpice). Zagrijte prethodno pripremljen govedski bujon, dodajte papar, umak od soje i komovicu. Postaviti na plamenik. U bujon stavite cvjetaču, papriku i kolutiće luka da se polako kuha. U posebnoj posudi razmutiti jaje. Meso prihvatite štapićima i umočiti u jaje, i staviti u bujon na nekoliko minuta. Kad je gotovo stavite na tanjur ili zdjelicu (kao što je u originalu). Svaki put kad se vadi meso, na tanjur iz bujona izvadite i koji komadić povrća. Prema staroj kineskoj tradiciji u jaje se umače već proprženo meso, kad se izvadi iz bujona.

Sa sukiyakiem obvezno se poslužuje kuhana riža, zeleni čaj i umaci od vrhnja s dodatkom currya, ili umak od vrhnja s ribanom rotkvicom i umak cumberland*.
Ovaj naputak je europeiziran i razlikuje se od izvornog.

(**Umak Cumberland* umak od želea ribizla, pekmez od marelica porto vina (crnog vina) kuhane narančine kore izrezane na rezance, ribani hren, sok naranče i limuna, slačica, kajenski papar, ingver u prahu - za sve vrste svježeg ili kuhanog mesa, divljač. Cumberland, Ernst August, vojvoda od (1845.-1923.) Od 1866. svrgnut kao kralj Ernst od Hannovera povukao se u privatni život i uzeo ime Cumberland, svog engleskog plemićkog porijekla).

KINESKI STOL



Središnji je dio okruglog stola okretan, tako da se predjela redom dodaju gostu



Predjela se nude u malim zdjelicama ali u većem broju tako da svatko uzme od svega pomalo



uz jelo i kinesko pivo





Kinezi vole vidjeti na stolu mnogo različitih jela. Dakako, tako se jede u svečanim prilikama, da ne govorimo o carskim banquetima s više od stotine jela, ali i u Europi su nekad kraljevi jeli nevjerojatne količine hrane dok je narod gladovao. Kinezi su vrlo štedljivi i kod njih se sve jestivo upotrebljava do kraja - samo je jedan primjer voda u kojoj se kuha povrće a nikada se ne baca nego koristi za juhe i druga jela.

Dobar domaćin pripremit će najmanje onoliko jela koliko je osoba za stolom, čak i više. Stol mora biti pun da bi harmonija bila zadovoljena, jelo mora izvrsno izgledati, mirisati i biti ukusno kako bi se postigao i tjelesni i duhovni sklad.

Juhe su im krepke, snažne juhe od mesa, kostiju i povrća. Poslužuju se praktički za vrijeme cijelog obroka, na početku obroka, ponekad se piju uz jelo, a ponekad jedu kao poseban slijed.

Kao predjela obično se poslužuju raznovrsna manja jela ili ukusni zalogaji.

Povrće obogaćuje kineska jela svojom bojom, okusom ili mirisom. Među najomiljenijim povrćem su crvene i zelene paprike, luk i kinesko lisnato povrće kao što je *choy sum* (nalik našoj – blitvi), *bok choy* (nalik našoj - raštiki) i kineska *brokula*.

Deserti kakve poznajemo obično se ne poslužuju kao dio kineskog obroka. Slatkiši se poslužuju kao zaseban međuobrok ili u posebnim prigodama.

Dobar objed u Kini sastoji se, od šest jela:

od juhe, jela od mesa, jela od peradi, jela od riba, jela od povrća i na kraju od kombiniranog jela (koje je često s jajima).

Večera je poseban obred, izraz zajedništva i prijateljstva. Jede se uglavnom za okruglim stolovima, kojima je gornja ploha pokretljiva. Običaj je da je za kineskim stolom toliko raznih jela koliko je i ljudi i sva se jela poslužuju gotovo istodobno na sredini stola. Svatko sa sredine stola u svoju zdjelicu ili u tanjur uzima rižu, a onda svi kušaju sva jela.

Za kineski stolom jede se raznovrsno i obilno, no nakon jela čovjek nije težak i trom, nego ugodno sit i lagan. Nije kao poslije jela sa žara ili zasitnih kuhanih jela naše domaće kuhinje - želudac kao torba pun do vrha.

U vrijeme svečanih objeda poslužuje se isti broj raznolikih jela samo što su sada obroci obilniji. Umjesto, recimo, jednog dijela kokoši ili patke, poslužuje se cijela kokoš ili patka, a umjesto dijela ribe, cijela riba itd.

Mlijeko, jogurt i kiselo mlijeko može se uživati samo u sjevernim stočarskim krajevima Kine. Žeđ utažuju čajem, a najomiljenije je od jasmina, zatim crni i zeleni čaj.

Kinezi već generacijama smatraju da njihova jela imaju ljudski metabolizam «toplo» ili «hladno» djelovanje. Ako se metabolizam odvija brzo, Kinezi to nazivaju hladnim djelovanjem, a ako se odvija sporo, toplim djelovanjem.

Princip «toplog» i «hladnog» djelovanja nekog jela potiče od osnovne kineske filozofije o životu kao snagama Janga i Jina, pri čemu

Jang predstavlja svijetle i radosne životne izvore,

a

Jin mračne i tužne.

Planiranje obroka u kineskim kućama ima veliki značaj. Obrok se mora sastojati iz kombinacije ovih djelovanja kako bi se postigla ravnoteža ishrane.

<i>Hladno djelovanje</i>	sve juhe
<i>Toplo djelovanje</i>	sva mesa s roštilja i jela pržena u većoj količini ulja ili s jakim začinima
<i>Ni toplo ni hladno</i>	sva jela kuhana u pari, ubrajajući tu i ona s jakim začinima
<i>Toplo djelovanje</i>	izazivaju pržena ili masna jela koja dugo osjećate u želucu i koja izazivaju malo neprijatan osjećaj, drugačiji od onoga kao da ste se prejeli.
<i>Hladno djelovanje</i>	izazivaju jela od kojih ste nakon jednog sata ponovno gladni. Takva jela se brzo probavljaju i siromašna su mastima

Na prvi dan kineske Nove godine – koja je dobrodošlica bogova neba na zemlji – neki se odriču mesa kako bi si osigurali duži i sretniji život. Drugoga se dana preporučuju bogovima i posebno su pažljivi prema psima, jer vjeruju da je taj dan rođendan svih pasa.

Na Novu godinu na spavanje se ne ide rano da se ne propusti sreća, ali ustaje se rano – kako bi se rano obogatili – te razmijenili darove.

PONAŠANJE ZA STOLOM POSEBNA JE PRIČA

Za razliku od zapadnjaka, Kinezi se niti na najotmjenijim mjestima ne trude jesti „pristojno“. Zamrljani stolnjak dokaz je da je jelo bilo odlično, a također nije ništa neobično svoje oduševljenje hranom iskazati podrigivanjem. Kinezi su bili poznati kao strastveni pušači, koji nikad neće ostale za stolom pitati smeta li kome da zapale cigaretu. Pušenje usred jela bilo sasvim je uobičajeno. Osim toga, dobar domaćin u Kini je zadužen, kako god zna i umije, svoje goste napiti.

Poneki restorani u Kini ponuditi će vas i „kolačićima budućnosti“ u kojima se nalazi papirić s porukom koja proriče budućnost.

Nova godina

Kineska Nova godina uvijek počinje između 20. siječnja i 19. veljače – s prvim mladim mjesecom u novoj godini. Na Staru godinu kuća se temeljito čisti, vješaju se crveni lampioni, a na prozore i vrata lijepe se vrpce sa željama i bogovima bogatstva, sreće i zdravlja. U ponoć svi prozori i vrata trebaju biti otvoreni kako bi stara godina otišla, a nova ušla. Blagdanski stol je raznovrstan i bogat.

Na prvi dan kineske Nove godine – koja je dobrodošlica bogova neba na zemlji – neki se odriču mesa kako bi si osigurali duži i sretniji život. Drugoga se dana preporučuju bogovima i posebno su pažljivi prema psima, jer vjeruju da je taj dan rođendan svih pasa.

Na Novu godinu na spavanje se ne ide rano da se ne propusti sreća, ali ustaje se rano – kako bi se rano obogatili – te razmijenili darove.

ZNAČENJE HRANE

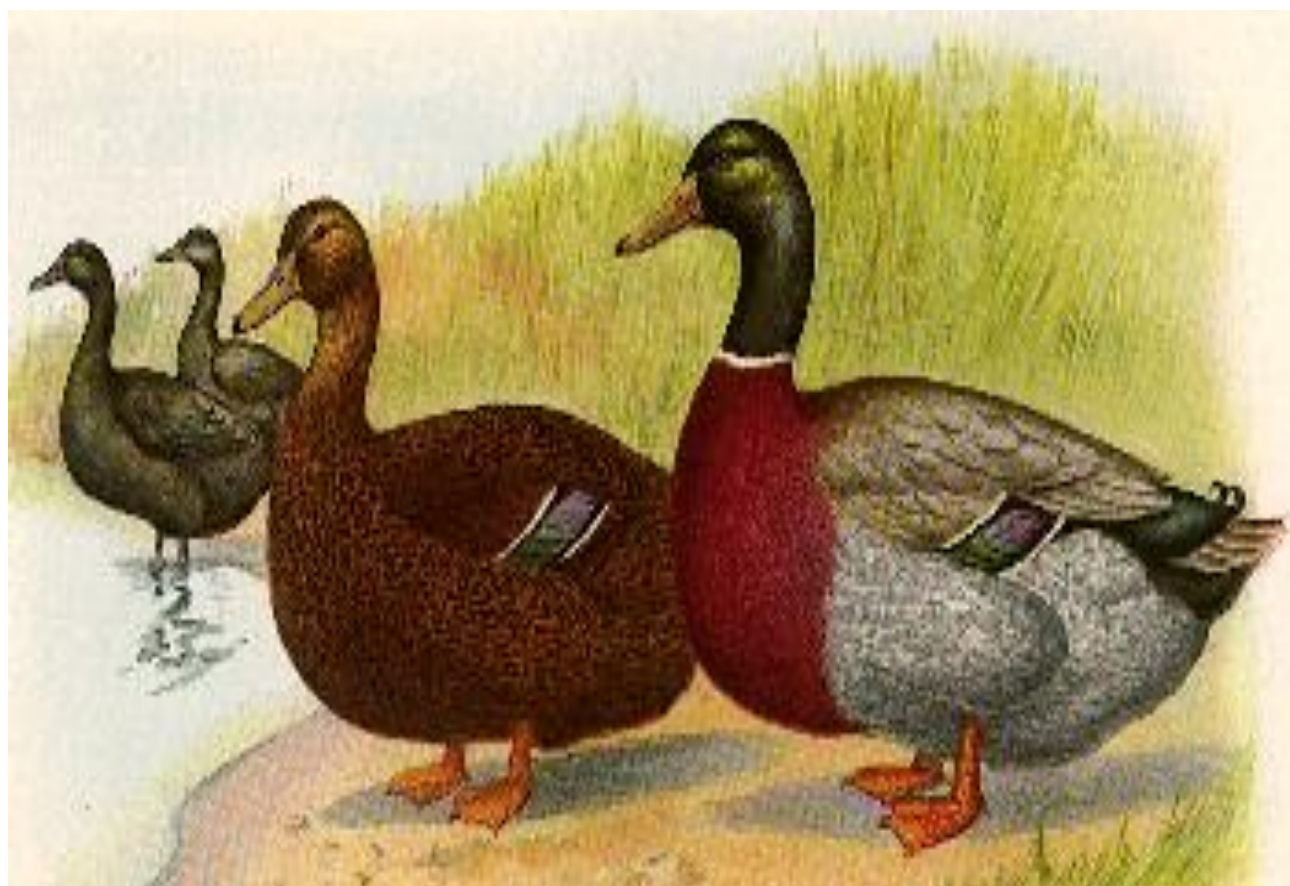
Na novogodišnjem kineskom jelovniku ne smiju izostati određene namirnice jer imaju posebna značenja, kao npr.:

<i>juha</i>	donosi bogatstvo
<i>juha s dugim rezancima</i>	simboliziraju dug život
<i>piletina</i>	ušteđena lipa je zarađena lipa pripremiti se za kišne dane ciljati ne veliko blagostanje zadovoljstvo
<i>riba</i>	svake godine imati više nego dosta riba kuhana u pari (ili pripremljena na neki drugi način) mora ostati cijela, što znači da će u obitelji čitave godine biti obilja.
<i>bijeli ravioli „jiao zi“</i>	Nadjeveni mljevenom svinjetinom ili piletinom, kupusom i porilukom, koji se umaču u sojin umak s rižinim octom, češnjakom i crvenom paprikom. Sve to simbolizira – sreću i dobitak u obitelji. Doslovno znači „spavajte zajedno i imajte sinove“
<i>Novogodišnji kolač</i>	rasti zdravo i u miru

Pekinška patka “simfonija kineske kuhinje”

ima tradiciju duže od 300 godina a potječe iz kuhinje bivših imperatora. Ovo “otkriće” carske palače traži izuzetnu spretnost te se kuhari posebno školuju samo za taj specijalitet koji se već i prema godišnjem dobu pripravlja i konzumira na različite načine i uz različite dodatke i salate. Najslavnije razdoblje u tradiciji “pekinške patke” bilo je za vrijeme dinastije Kving (1644.-1911. g) kada joj se slava proširila čitavom zemljom. Za očuvanje te gastronomske poslastice “neokrunjenoj kraljici kineske kuhinje” koja se priređuje na više od 80 načina, najzaslužniji je restoran Kuan Ju De (osnovan 1866.g), koji je postao poznat u zemlji i u svijetu, a i danas radi punom parom.







Pekinske patke

Pekinška patka - Pei-ching-k'ao-ya

Gastronomska poslastica koja se priređuje na čak više od 80 načina a najvažnije uzgojiti patku na posebnim farmama, koje u prva dva mjeseca jedu po volji (ali u određenim vremenskim razmacima), dok se posljednjeg, trećeg mjeseca –intenzivno kljukaju.

Jedan od postupaka:

prvo očistite perje, zatim patku isperite a ispod desnog krila napravite otvor dovoljan da se kroz njega izvadi iznutrica, a nakon toga se kroz taj otvor mlazom vode ispire njena unutrašnjost. Nakon toga patka objesite (da istekne tekućina), a potom prelijte kipućom vodom (radi stiskanja pora). Nakon toga premažite zašećerenom vodom (1 dio šećera prema 9 dijelova vode), ponovo je objesite na prozračnom, ali ne i vjetrovitom mjestu (u sjeni). Začepite otvor na trtici, unutrašnjost ispuniti kipućom vodom (ispuni se 80 posto tog prostora). Kinezi upotrebljavaju tri vrste pećnice za pečenje “pekinške patke”, ali osnovno pravilo je da patku težine do 2 kg, treba je peći 35-45 minuta na temperaturi od 230 do 250 °C. Peče se u peći sličnoj našoj krušnoj peći, na bambusovu drvo koje stvara malo dima a meso poprima posebnu aromu. Pačja prsa ne smiju biti izložena izvoru pečenja, ali treba nastojati da bataci budu dobro pečeni. Patka je sasvim pečena kad se njezina težina smanji na trećinu od početne ili dok lijepo ne porumeni i ne poprimi poseban uljasti sjaj. Izvadite je iz pećnice, ponovo oslobodite otvor na trtici (da bi tako ispustili vodu iz patkinog tijela). Pačje meso režite na tanke odreske (sa ili bez korice, već prema želji), koje uz dodatak posebnog sojinog (može i nekih drugih) umaka - umotaju u palačinkice (po okusu slične našima, naravno bez dodatka šećera). Ostaci kostiju se u Kini koriste za pripremu vrlo ukusne juhe.

ili

patka od 5 funti (2 kg 27 dag), 6 šalica vode (115 dl), 1/4 šalice meda (0,6 dl), 4 režnja svježeg đumbira svaki duljine 1 palac (25 mm) u promjeru i debljine 1/8 palca (0,4 mm), 2 mlada luka izrezana na 2 palca (5 cm).

Umak; 1/4 šalice umaka *hoisin* (soja) (0,6 dl), 1 žlica 0,12 dl) vode, 1 žlica šećera (0,15 dl), 1 žlica sezamova ulja (5cc); 12 komada mladog luka, mandarinove palačinke.

Dobro isperite patku pod hladnom tekućom vodom. Dobro je obrišite izvana i iznutra. Zavežite bijelu uzicu duljine 20 palaca (50 cm) za kožu vrata. Ako je koža odstranjena, uzicu zavežite za krila, ali je produžite 10 palaca (ukupno 75 cm). Objesite patku na hladno zračno mjesto 3 sata (da se osuši koža) ili na vjetru 2 sata.

Zakuhajte 6 šalica vode, 1/4 šalice meda, đumbir i luk u posudi promjera 12 palaca (30 cm). Stavite patku u uzavrelu tekućinu. Uz pomoć uzice u jednoj i žlice u drugoj ruci

okrećite patku na sve strane, tako da se koža natopi tekućinom. Izvadite patku i ponovo je objesite na hladno 2 do 3 sata bez vjetra ili 1 sat na vjetru, ali sada stavite ispod posudu da se izbjegne kapanje.

Pripremite umak miješajući umak *hoisin* (soja), vodu, sezamovo ulje i šećer u maloj plitici. neka smjesa zavrije, smanjite temperaturu i vrlo lagano (150 °C) kuhajte 3 minute bez poklopca. Premjestite umak u staklenu pliticu od 1 šalice (240 ml), rashladite i odložite.

Oblikujte četkice od mladoga luka, odrežite 3 palca (7 cm) od korijena. Na svakoj strani zarežite luk 4 puta u krug tako da zarezi zadiru u luk 1 palac (25 mm). Stavite tako izrezanih 6, 8 ili 12 stručaka u ledenu vodu i odložite u hladnjak, tako će luk procvjetati s oba kraja.

Zagrijte pećnicu na 190 °C (plin 5). Odvežite uzicu, odrežite svu suvišnu kožu s vrata. Stavite patku s grudima prema gore u omanji lim (tako da jedva stane) i pecite je usred pećnice 1 sat. Smanjite temperaturu na 150 °C okrenite je da su leđa gore pa pecite još 30 minuta. Povećajte temperaturu na 190 °C, okrenite patku u početni položaj i pecite još 30 min. Odmah premjestite na dasku za rezanje.

Malim oštrim nožićem i pomoću vlastitih prstiju skinite hrustavu kožicu s grudiju, sa strane i s leđa. Izrežite kožicu u četverokute 2 do 3 palca i složite na poseban zagrijani tanjur. Odrežite batak i predio ključnih kostiju (na kojima je koža), a sve ostalo izrežite u lijepe komade bez kostiju. Komadi su obično veliki 2,5 palca (gudi) i 1/2 palca (široki). Tako izrezano meso složite na drugi zagrijani tanjur.

Pripremite male palačinke promjera 2 1/2 inča (6,3 cm), preklopite ih dvostruko. Pri posluživanju uzima se prvo palačinka, zamoči u umak, komadić patke zamota se palačinkom i kuša uz dodatak stručka luka koji se također umače u umak i kojim se zahvaća komadić kože. Ovo je količina za 6 Europljanina, tj. u kineskom objedu, kao jedno od dvanaest jela, za dvanaest Kineza.

Chop



Doslovan prijevod ovog kineskog jela je "*miješani ostaci*". Radi se od bilo kojeg variva, mesa, riba, rakova, s obveznim sojinim umakom i đumbirom. Kao u svim kineskim jelima i u ovom su svi dodaci vrlo usitnjeni. Jedno od značajki kineske kuhinje jest, da se jelo ne priređuje dugo, nego samo nekoliko minuta. U kineskim kulinarskim knjigama nema tog jela, jer je to izum kineskih kuhara u inozemstvu, a posebno u SAD-u.

Meso izrežite na tanke trake ili kockice, bambusove izdanke na trakice, pečurke popola, poriluk na trake, rezance kuhamo u slanoj vodi. Sve sastojke postepeno pirjamo u jednoj tavi na vrućem ulju i ne smiju biti premekani.

Sojin umak izmiješajte sa đumbirom, šerijem, škrobnim brašnom i soli. Sve sastojke spojite u tavi, prelijte umakom, pomiješajte i pustite da neko vrijeme jelo odstoji. Ako treba posolite i poslužite gotovo vruće.

RIŽA

Zrna kuhane riže treba da su rastresita kao zrna bisera i laka kao proljeće

rekao je kineski pjesnik *Cin-lin*, o vještini kuhanja riže.

Malo tko zna da nije svejedno koju vrstu riže odaberemo za određeno jelo.

<i>Sitna, neobrađena riža</i>	najprimjerenija je za juhe i minestre te za kolače i slastice. Kuhamo je 12-15 minuta
<i>Riža vrste „arborio“</i>	idealna za rižoto, najprije se malo poprži, postepeno doda tekućina čime se dobiva kremasti umak, a jezgra riže i nakon pripremanja ostaje tvrđa
<i>Riža vrste „basmati“</i>	za koju Indijci kažu da je „kraljica riže“. Elegantnog dugog zrna, specifičnog okusa (kažu – miriše na snijeg Himalaje koji je natapa) koristi se biriani i pilav Dodate li pri kuhanju u vodu list lovora istaknuti će te njen kraljevski okus
<i>Riža vrste „karolina“</i>	(duguljast, velika zrna) upija dosta vode i zahtijeva duže kuhanje, 15-20 minuta. Koristi se za priloge različitim vrstama mesa i riba, za pripremu rižota, kao dodatak juhama
<i>Riža vrste „maratelli“</i>	nešto je krupnija i jedrija – odlična je za jednostavniji rižoto
<i>Riža vrste „vialone“ i „arborio“</i>	ima još krupnija zrna – i prikladna je za složenija jela
<i>Riža okrugla zrna</i>	koristi se za pripremu svih vrsta slatkih jela (riža u mlijeku, koh ..)
<i>Riža bijela i kratkog zrna</i>	obiluje škrobom, pri kuhanju se lijepi, mala je i ovalna. Koristi se za sushi te paellu
<i>Bijel riža dugog zrna</i>	Kinezi je nazivaju „vodenom rižom“ jer se uzgaja u monsunskoj regiji Azije. Kako ju je veliki Konfucije preferirao, i zbog njezine bijele boje (koju možete intenzivirati dodate li kod kuhanja malo limunova soka). Kinezima je najdraža
<i>Bijela glutinozna riža</i>	bogata je škrobom. Nakon namakanja kuha se na pari te poslužuje kao desert, a u nekim azijskim zemljama kao prilog jelima

<i>Crna glutinozna riža</i>	dugog zrna, bez glutena, ali puna škroba. Vole je azijski deserti i obroci. Namače se u vodi prije kuhanja
<i>Divlja riža</i>	je skupocjena pa se obično prodaje a običnom rižom. Riječ je zapravo o tankom dugom smeđem zrnju vodene trave koja raste u Velikim jezerima Sjeverne Amerike, orašastog okusa i raspoznatljive čvrstoće. Treba je dobro oprati prije upotrebe. Jeli su je Indijanci Chippewa!!
<i>Jasminova riža</i>	kuha se na pari, mirisna je i bijela dugog zrna. Uobičajena je uz tajlandska jela
<i>Smeđa riža kratkog zrna</i>	zdrava alternativa za bijelu rižu, ukusna je, izdašna i sočna. Dugo se pirja i upija ili prži na maslacu. Koristi se za rižoto, deserte, juhe i kosane odreske
<i>Smeđa riža dugog zrna</i>	zdrava je alternativa bijeloj riži dugog zrna. Odvojena duga zrna s ljuskom koriste se za salate, kolače od riže, pilave ili kao prilog uz jela iz woka ili curryja

Što se tiče omjera riže i vode, vrijedi pravilo da rižu kuhamo u dvostruko više vode nego što je njezina težina. Ipak, navedeno vrijeme kuhanja i količina tekućine samo su približno točni, jer su i ukusi različiti. Ne smijete zaboraviti da nema gorega nego u posljednjem trenutku dodati riži vodu, posebice hladnu (poučeni tisućljetnim iskustvom Kinezi stave rižu u lonac, spuste vrh prsta na nju te doliju vode do prvog zgloba na prstu).

Rižu nikako ne smijete oprati (osim za pripremanje posebnih vrsta jela), jer izgubi velik postotak svoje biološke vrijednost. Kuhajte je uvijek u otklopljenoj posudi, može i u glinenoj (iako neki misle da to nije dobro), i miješajte samo drvenom žlicom. Važno je vrijeme kuhanja: bolje minut manje nego pola minute previše.

Dobro je znati da riža preuzima miris svake mirodije koju joj dodajemo. U tome su pravi majstori azijski narodi.

Milanska narodna izreka kaže:

Riža se rađa u vodi, a umire u vinu ..

Za različita jela potrebno je:

<i>riža kao dodatak juhama</i>	20-30 g sirove riže po osobi
<i>riža kao prilog</i>	60-70 g sirove riže po osobi
<i>riža kao glavno jelo</i>	80-100 g sirove riže po osobi

Za kinesku kuhinju tipično je da se i riža i tjestenina kuhaju pažljivo da ostanu čvrsti, neraskuhani i „suhi“. Tad se poslužuju uz gotovo sva jela. Uz bezbroj vrsta riže još je više vrsta i oblika tjestenine: od nadjevenih (punjenih) jastučića do tzv. staklenih, prozirnih špageta i rezanaca od rižinog brašna.

Savršene rezance pripremiti ćete na slijedeći način:

Omiljenu su varenci od riže i rižinog brašna Savršene rezance pripremiti ćete na slijedeći način:

Obzirom da su krhkiji i delikatniji od tjestenine najbolje ih je staviti u duboku zdjelu u kojoj ih je moguće miješati. Rezance prelijte kipućom vodom tako da budu potpuno potopljene. Svake 2-3 minute rezance malo promiješajte, kad su potpuno opušteni i mekani na svim mjestima oni su spremni. Treba sveukupno 10 minuta namakanja u vidi.

Ocijedite ih i isperite pod hladnom vodom kako bi zaustavili daljnje kuhanje. Ako ne želite da se lijepe pokapajte ih s malo sezamova ulja. Tako pripremljeni spremni su za posluživanje uz bilo kakav umak i povrće.

Ako sa njima kuhate juhu, kuhajte ih izravno u juhi. Dodajte ih doslovno prije posluživanja jer će se u protivnom prekuhati.

SLADOLED

Pretpostavlja se da je Marko Polo, vrativši se iz Kine, donio u Italiju i način izrade zaslađenog snijega s mirodijama. Još se i danas takav snježni sladoled prodaje u zemljama Dalekog Istoka. Kasnije se iz Italije sladoled proširio i na druge europske zemlje. U Parizu prvi ga je napravio glavni kuhar *Katarine Mediči*, prilikom njezine udaje za Henrika II. - francuskog kralja. Kažu da je svakog dana posluživao drugu vrstu sladoleda. U 16. stoljeću Sicilijanac - *Procope Cultelli* otvara u Parizu prvu slastičarnicu (nasuprot Comédie Française) sa sladoledima i tek tada se sladoled prihvatio u širokim slojevima. Ta pariška slastičarna, kasnije postaje kavana, a danas je poznata restauracija pod istim imenom "*Café Procope*". Bećanin *Benzari* 1602 g. proslavio se sladoledom od soka naranče, šećera, vrhunskim specijalitetom poznatim kao *Aqua Benzari*.

Sladoled je polovicom 18. st., došao i u Ameriku, gdje je oduševio predsjednika *Georgea Washingtona*.

Sladolede dijelimo na dvije vrste:

- *sladoled od kreme* - prigotovljen od mlijeka, vanilije, šećera i jaja,
- *sladoled od voća* - prigotovljen od kuhanog šećera, voćne kašice, bjelanjaka i slatkog vrhnja.

Sladoled tu najuniverzalniju slasticu poznavali su još 3.000 godina prije Krista. O njemu je već pisao i Ksenofan, a Hipokrat je svojim pacijentima preporučivao osvježavajuću smjesu od meda i snijega, koja oživljava sokove tijela i poboljšava zdravlje. U vrijeme imperatora Nerona bila je organizirana štafeta od 400 kilometara kojom se donosio snijeg s alpskih glečera, kako bi se pripremila slastica od ružine vodice, meda i raznog voća i drvene smole. Da bi se u svako doba mogli sladiti ledenim slasticama, kasnije su bogati Rimljani u svojim kućama gradili ledenice. S padom Rimskog carstva povijest sladoleda se prekida, a ponovo se o toj delikatesi razmišlja tek 1530. godine na Siciliji.

Naši standardni restorani nude dvadesetak vrste različitih jela, no kineski nude stotinu i više. Naši tj. „zagrebački kineski restorani“ usvojili su naš običaj i smanjili svoju ponudu te nude manji broj jela i uglavnom svi istu vrstu. Najčešće se gosti odlučuju na slijedeća jela:

<i>Kineski ravioli (dumplings) kuhani na pari sa sojinim umakom</i>
<i>Proljetne savijače (spring rolls) od mesa, kupusa i klica, pržene na masnoći</i>
<i>Tofu (sojin sir) s bambusom i gljivama</i>
<i>Piletina Gonbao (ljuto jelo s indijskim oraščićima)</i>
<i>Svinjetina osam blaga</i>
<i>Hrskavo pečena patka s palačinkama i umakom (varijacija pekinške patke)</i>
<i>Pirjani celofanski rezanci s povrćem</i>
<i>Škampi u slatko-kiselom umaku</i>
<i>Tie-Pan govedina u umaku od kamenica</i>
<i>Pohana piletina u slatko-kiselom umaku</i>
<i>Flambirani (osmuđeni) sladoled*</i>

Na završetak objeda u Kini se obično poslužuje svježe voće, a u Zagrebu će vam ponuditi po želji – jabuku u karameli.

*Flambirani (osmuđeni) sladoled, pomisliti će te – autohtono Kinesko jelo, pogrešno, osmislio ga je Kinez oko 1980. godine u Beču, a Zagreb ga je prihvatio s oduševljenjem.

Sastojci: 1 l sladoleda od vanilije 3 bjelanjka krušne mrvice ili mljeveni keksi ulje

U plitki tanjur, obložen masnim papirom, stavite oko osam kuglica sladoleda te ih stavite u zamrzivač na sat vremena. U zdjeli lagano pjenasto umutite bjelanjke (ne radite snijeg od njih). U drugu zdjelu pripremite krušne mrvice ili mljevene kekse, mljevene kukuruzne pahuljice... Sladoled izvadite iz zamrzivača, svaku kuglicu uvaljajte prvo u bjelanjak, zatim u mrvice te ih vratite nazad u posudu i opet na smrzavanje na otprilike 3 sata. Ako želite da kuglice budu hrskavije - još jednom ih uvaljajte u bjelanjak pa mrvice. Zagrijte ulje i kada je vruće, ubacujte smrznute kuglice. Pržite ih kratko. Kako biste izbjegli špricanje, u ulje dodajte žličicu soli.

Radnja pred gostom (flambiranje se uvijek radi-poslužuje pred stolom gosta): na rastopljenom maslacu (1 žlica) popecite šećer (2 žlice) dok ne porumeni. Dodajte sok jedne naranče i sok pola limuna, prelijte preko sladoleda zajedno sa ugrijanim rumom (0,5 dl), zapalite i odmah poslužite.

ili druga inačica

Sastojci: 4 dl sladoleda od vanilije, 1 šaka mljevenih oraha, 1 šaka mljevenih piškota, 1 jaje, ulje.

Oblikujte kuglice, položite ih na ohlađeni tanjur i stavite u dio hladnjaka za duboko zamrzavanje oko 15-30 minuta. Kuglice nakon toga uvaljajte u mješavinu oraha i piškota, a zatim ih na još 15 minuta stavite u duboko zamrzavanje. U zdjeli razmutite jaje. Kuglice sladoleda prvo uvaljajte u jaje, a zatim još jednom u mješavinu oraha i piškota. Nakon toga ih još jednom vratite u pretinac za duboko zamrzavanje. Ponovite li isti postupak još jednom, panada će bolje prianjati. U dubokom loncu zagrijte ulje, u kojem zatim brzo panirajte kuglice sladoleda. Odmah poslužite.

Pri kuhanju pazi se na kontrast boja na tanjuru (kao slikar pri radu slike) a miomiris i njihovo bogatstvo postižu se lukom, češnjakom, đumbirom, vinom i drugim dodacima; okus je prava simfonija slanog, slatkog, ljutog i kiselog; dok je struktura jela *mekana* – *hruskava* – *prhka* – *nježna*; te ukazuje na specifičan odnos Kineza prema hrani.

Kineska jela i jela prilagođena europskom okusu

Slatkasto-kisela svinjetina I. način



Kineska kuhinja poznaje nebrojene mogućnosti priređivanja svinjetine i to je jedan od načina prilagođen europskom okusu.

Svinjetinu narežite na zalogaje, poprskajte mješavinom soli, umaka od soje i šljivovice i ostavite da odstoji nekoliko sati. Od jaja, šećera, piva, ulja i brašna izmiješajte tijesto za prženje, začinite s malo soli i muškata, i ostavite da odstoji pola sata. Za umak pirjajte (tušite) na ulju kosani luk i fino narezanu zelenu papriku i sitno narezanu mrkvu.

Mješavina ne smije potamnjeti. Med rastopite u mesnoj juhi i prelijete po tušenom povrću, dodajte sojin umak, limunov sok i đumbir narezan na komadiće. Sve to kuhajte 10 minuta, dodajte sitne lučice, ponovo kuhajte 10 minuta i primiješajte hladno razmućeno škrobno brašno.

Meso umiješajte kroz tijesto i pržite na vrućoj masti dok ne zažuti. Meso mora plivati u masti. Poslužite s umakom i rižom.

Slatkasto-kisela svinjetina II. način

Sastojci: 70 dag svinjetine od potrbušine ili rebara, 1 žlica svijetlog soja umaka, 1 žlica suhog šerija, 1/2 krastavca srednje veličine, 2 žlice kineskog miješanog ukiseljenog povrća, 1 šalica škrobnog brašna, 5 šalica biljnog ulja, 1/2 zelene paprike narezane na rezance, 1/2 crvene paprike narezane na rezance, 1 luk srednje veličine (narezan na rezance), 1/2 šalice bijelog octa, 1 šalica vode, 1/2 šalice umaka od rajčice, 1/3 šalice šećera, 1 žličica praha za pileći temeljac, 1 dodatna žlica škrobnog brašna.

Narežite svinjetinu na deblje komade, a zatim uzdužno na komade debljine 1 cm, tako da svaki ima po nekoliko slojeva mesa i masti. Odstranite sve kosti i hrskavice. Premažite šerijem i soja umakom te odložite na 20 minuta. Ogulite krastavac, prepolovite ga uzdužno i izdubite sjemenke, te ga narežite na ploške. Sitno nasjeckajte ukiseljeno povrće. Uvaljate svinjetinu u škrobno brašno i otresite višak. Pržite po nekoliko komada mesa u ulju oko 2 minute, dok ne poprime zlatnu boju. Izvadite ih iz woka i složite na rešetku da se ocijede i ohlade. Prepržite papriku i luk u 3 žlice ulja koje ste koristili za pečenje (ostatak vrućeg ulja sačuvajte za drugo prženje svinjetine). Dodajte krastavac i ukiseljeno povrće te ih nakratko prepržite, zatim dodajte ocat, vodu, umak od rajčice, šećer, pileći temeljac i škrobno brašno. Pržite dok se škrobno brašno ne rastopi. Pustite neka provrije i pirjajte uz miješanje dok se ne zgusne. Ponovo ugrijte ulje i pržite svinjetinu drugi put, dok ne postane zlatna i hrskava (oko 2 minute). Ulijte umak i jelo poslužite toplo, s bijelom rižom kuhanom na pari.

Jedno od najomiljenijih kineskih jela, kako se priređuju u Kini.

Stogodišnje jaje

U kineskim restauracijama na jestvenicima se često nađe i stogodišnje jaje. Riječ je o pačjem jajetu koje se sačuva posebnom obradom. Ima šarenu ljusku, a sadržaj mu je zelenocrni i sivi. Okus mu je malo oštar i podsjeća na francuske pljesnive sireve. Bjelance je crno, a žumance meko i zelenkasto. Za pripremu takva jaja potrebno je 20 do 30 dana, a ne zna se zašto je dobilo naziv stogodišnje jaje. Jaje se očisti i osuši krpom. Obloži se pepelom drveta i listovima crvenog čaja, te glinom u debljini pola centimetra. Jaja se pospu rižinim ljuskama da bi se sljepila i poslažu u lonac koji se dobro zatvori. Nakon četiri tjedna lonac se otvori i specijalitet se može kušati. U kućama se poslužuje pripremljen na drugi način: jaje se potopi u mješavinu slane vode i rižinog vina. Kako je ljuska jaja porozna, jaje povuče rastvor i dobije okus soli i vina. Nakon toga jaje se oblaže glinom da se ne bi razbilo. Izgledaju poput svježih jaja, a sadržaj im je gušći.

Jedan od starih naputaka (recepata):

6 dijelova pepela, 1 dio poljoprivrednog kreča (hidratizirano vapno, kalcitno vapno), 1 dio salitre (soli dušikove kiseline), $\frac{1}{2}$ žličice soli na 1 jaje, 45 dag čaja, nekoliko krupnih jaja (račje/pačje, pureće, itd.....).

Skuhajte jaki čaj i u njega umiješajte sastoj kako bi dobili neku vrstu blatnog tijesta. Svako jaje obavijte smjesom (blatom) u debljini 1,5 cm. Tako pripremljena jaja odložite u veliku posudu čije je dno pokriveno slojem od 5 cm zemlje. Između njih stavite zemlju i pokrijte slojem zemlje od 5 cm. Posudu stavite na tamno hladno mjesto da odstoji 100 dana. Prije posluživanja operite oblogu jaja i očistite od ljuske. Svako jaje prepolovite i poslužite sa slatko-kiselim đumbirom, Jaja trebaju izgledati kao kuhana samo im je boja između sivo crne i zelene.





PREDJELA

Predjela se nude u malim zdjelicama, ali u većem broju tako da svatko uzme od svega pomalo.

U Kini uzgajaju nevjerojatno mnogo vrsta povrća i odatle je podrijetlom mnogo nama dobro poznatog povrća. U kućama često uzgajaju izdanke i mnogim ih jelima dodaju. Najčešće se priprema u voku, tako ostaje čvrsto i hrskavo jer se nakratko izlažu visokoj temperaturi. Često se povrće miješa s voćem.

Proljetne rollice (savici) I. inačica



Sastojci: gotove kore za savijaču, 2 sušene crne kineske gljive (namočene), 12 dag pilećih prsa bez kože, 2 žlice biljnog ulja, 2 kosana mlada luka, 10 dag narezanih bambusovih mladica, ½ narezane crvene paprike, 12 dag narezanih sojinih mladica, 1 žlica tamnog soja umaka, ½ žličice šećera, biljno ulje za prženje.

Kore odvojite, svaku izrežite na četiri kvadrata i pokrijte krpom. Iscijedite vodu iz gljiva, odrežite stručke a klobuke iskošite. Piletinu narežite na male komadiće. Zagrijte

ulje u tavi i ispržite piletinu, gljive, mladi luk, bambusove mladice, papriku dok piletina ne pobijeli. Dodajte sojine mladice i kratko sve popržite.

Umiješajte sojin umak i šećer, te sve ohladite. Na svaki kvadrat kora stavite žlicu nadjeva i preklopite preko njega prvo jedan kraj kore zatim dva bočna i na kraju zamotajte prema posljednjem kraju tako da dobijete valjkasti oblik. Krajeve uronite u vodu da bi se držali zajedno. Pržite rollice u umjereno toplom ulju dok kora ne dobije zlatnu boju. Ocijedite i odmah poslužite s umakom od šljiva.

Ovo predjelo je idealno uz piće.

Proljetne rollice (savici) II. inačica



Sastojci; *za tijesto*: 10 dag glatkog brašna, 2 jaja; *nadjev*: 20 dag kineskog kupusa (zelja), 2 mrkve, 10 dag izdanaka mungo graha, 5 dag bambusovih i 5 dag sojinih izdanaka, ½ crvene i ½ zelene paprike, češanj češnjaka, 2 mlada luka, 3 žlice ulja od sezama ili soje, 2-3 žlice sojina umaka, 1 bjelanjak; *umak*: 4 žlice smeđeg šećera, 0,6 dl sojina umaka, 2,5 dl krepke kokošje juhe, 2 žlice škrobnog brašna, 2-4 žlice limunovog soka, ulje za prženje, sol, papar.

Mijesite deset minuta brašno, jaja, sol i 2,5 dl hladne vode. Stavite na stranu da odleži. Očistite i operite povrće. Kupus i papriku narežite na što tanje rezančice. Mrkvu krupno naribajte. Mladi luk narežite na tanke kolutiće. Češnjak usitnite. Svo povrće popržite na ulju. Primiješajte sve dobro oprane izdanke i umak od soje, dosolite i popaprite. Ostavite da se ohladi. Za preljev prokuhajte sojin umak, šećer i juhu. Primiješajte škrobno brašno, otopljeno u malo hladne vode i miješajte da dobro provri. Kad se malo ohladi, dosolite i zakiselite limunovim sokom. Tijesto razvucite (kao za savijaču) što tanje možete i narežite na kvadrate, rubove namažite bjelanjkom. Na tijesto rasporedite povrće. Savijte kao izduljene sarmice i ispržite u dubokoj masnoći na 180 °C. Poslužite s umakom.

Bijeli ravioli* (Wonton)



Sastojci i postupak: 25 dag brašna i vode umijesite u tijesto, tanko ga razvaljajte na krugove promjera 6 cm. Nadjenite s nadjevom od 25 dag mljevenog svinjskog mesa, nekoliko listova kupusa, 1 porilukom, i 2 žlice maslinova ulja. Poklopite drugim slojem tijesta i izrežite kotačićem na raviole. Kuhajte ih u slanoj vodi dok ne isplivaju na površinu. Začinite žlicom soja umaka i malo sezamova ulja, koje ste izmiješali u jednoličnu smjesu zajedno s prahom od crvenih feferona.

*Posluženi za Novu godinu donijeti će sreću, a rezanci dug život.

Kantonska pržena riža



Sastojci: 2,5 šalice bijele riže kratkoga zrna, 1/2 šalice zelenog graška, 1/2 šalice zrna slatkog kukuruza (šećerca), 1/2 šalice biljnog ulja, 3 ploške slanine narezane na trake širine 1 cm, 1/2 male crvene paprike narezane kockice, 2 nasjeckana mlada luka, 2 lagano umućena jaja, 10 dag oguljenih kuhanih malih kozica, 2 žlice svijetlog soja umaka.

U tavu s debelim dnom stavite rižu i 3 šalice hladne vode te poklopite i pustite da provrije. Smanjite vatru na najmanju i kuhajte oko 18 minuta, dok riža ne upije tekućinu, a svako zrno ne nabubri i odvoji se od ostalih. Grašak i kukuruz kuhajte dok ne omekšaju pa ih ocijedite. U woku zagrijte pola količine ulja i pržite slaninu dok ne bude gotova. Dodajte papriku i mladi luk, pržite ih 1 minutu te ih izvadite. Ulijte umućena jaja i širokim pokretom zavrtite tavu da se jaja razliju po njezinu dnu. Kada su jaja s donje strane pečena, zagrebite ih drvenom lopaticom i izvadite. Obrišite tavu. Zagrijte preostalo ulje, dodajte rižu i miješajte je na jakoj vatri 2 minute. Dodajte pripremljene sastojke i kozice te poskropite sojinim umakom. Nastavite miješati na jakoj vatri još nekoliko minuta. Poslužite toplo.

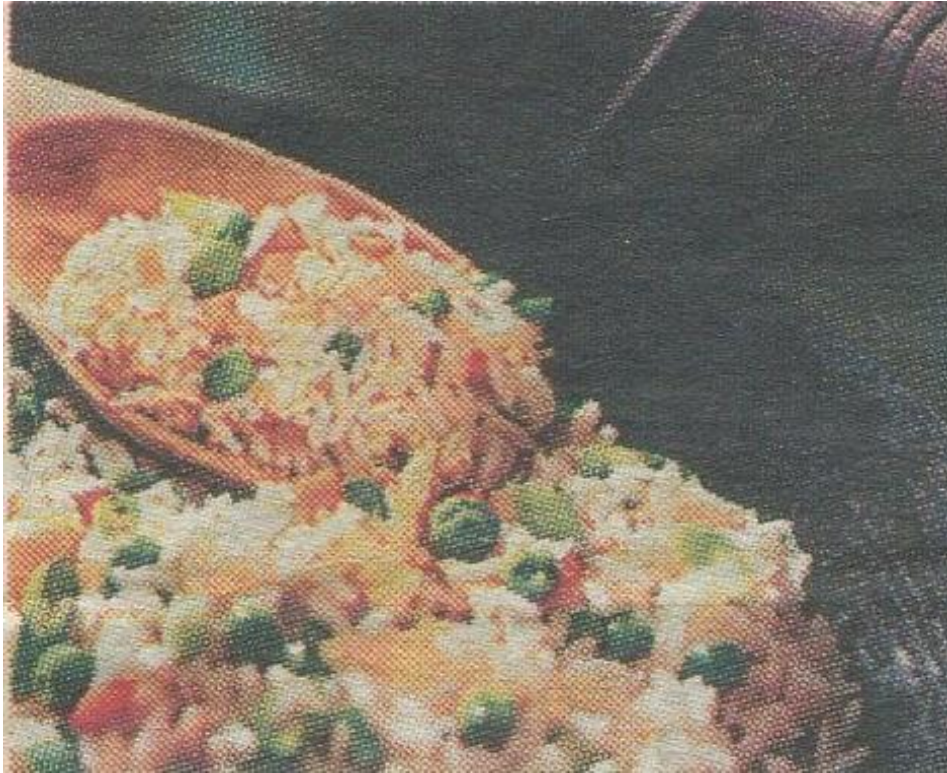
Šangajski špageti



Sastojci: 20 dag špageta od rižinog brašna, 2 mrkve, 1 zelena paprika, 7 dag sojinih izdanaka, 8 dag govedine, 8 gljiva dong-fu, kajgana od 2 jaja, 5 žlica umaka od soje, ulje, sol, papar.

Namočite gljive u malo vode. Špagete skuhajte u slanoj vodi. Ocijedene malo nauljite. Oguljene mrkve narežite na štapiće, a očišćene paprike, gljive i govedinu na tanke šire rezance. U voku zagrijte 1 dl ulja te povrće i meso pržite 5 minuta. Primiješajte špagete i podlijte umakom od soje. Miješajte na visokoj temperaturi i primiješajte kajganu narezanu na rezance. Po ukusu dosolite, popaprite i odmah poslužite.

Kantonska riža



Sastojci: 25 dag namirisane kineske riže, 8 dag graška, 2 mrkve, 2 jaja, 8 žlica ulja, sol, papar.

Oguljene mrkve narežite na kockice, velike poput graška i skuhajte u slanoj vodi. S rižom i graškom. Posebno na ulju miješajte jaja da dobijete kajganu koju sitno narežite te umiješajte u rižu s povrćem, koju ste posebno popržili. Začinite po ukusu.

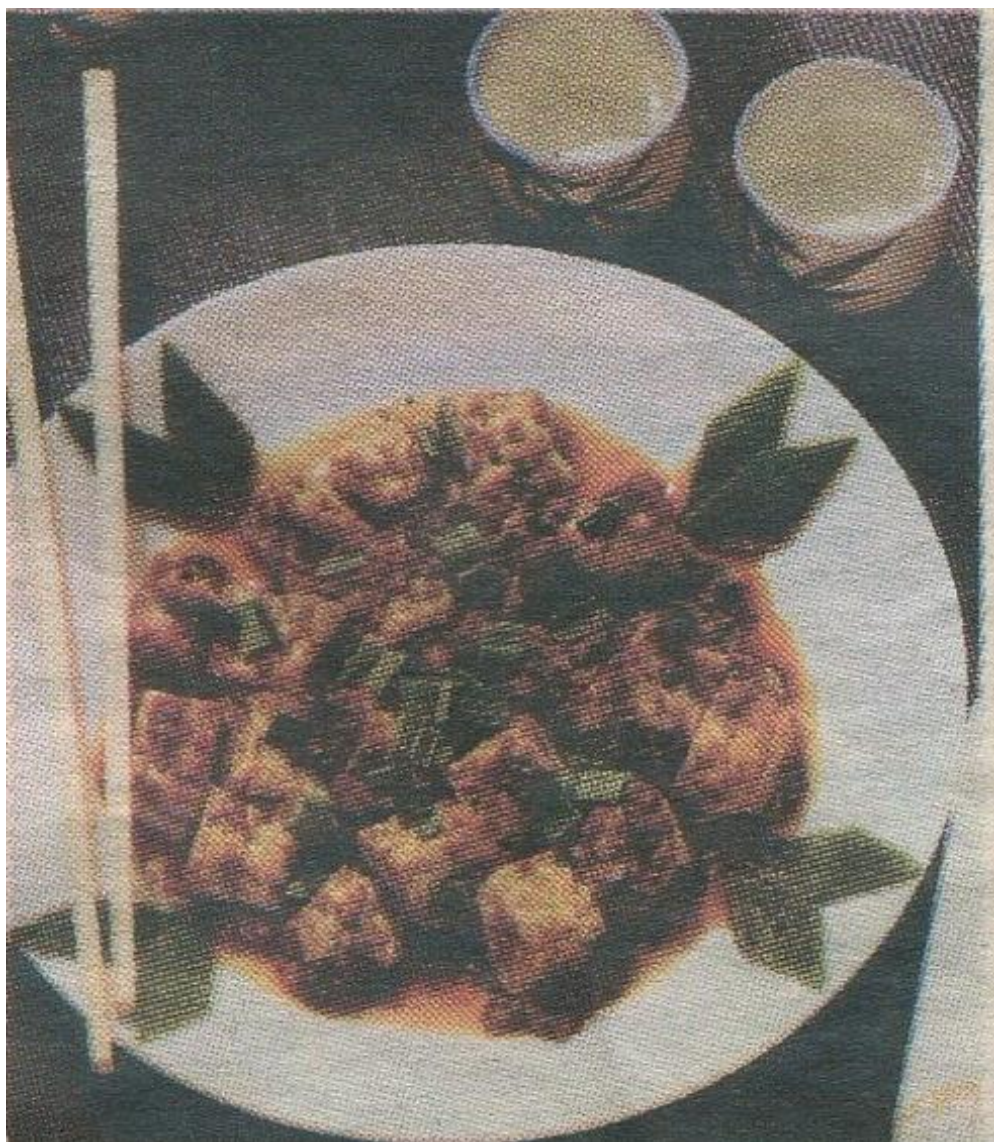
Špageti s mladim lukom



Sastojci za 2 osobe: 6 dag svježeg džumbira, 2 svežnjića mladog luka (otprilike 30 dag), 15 dag kineskih špageta s jajima, žlica sezamovog ulja, sok 1 naranče, sol, papar.

Džumbir ogulite i narežite na sitne rezančice. Oprani i očišćeni mladi luk narežite na komade dugačke 4 cm. Zatim ih uzdužno narežite na tanke rezance. Dok se kuhajte špageti, pržite luk sa džumbirom i uljem 3 – 4 minute. Posolite, popaprite i podlijte narančinim sokom pa odvojite 2/3. U preostalu trećinu umiješajte skuhane i ocijedene špagete. Rasporedite ih na tanjuru i okružite mladim lukom.

Začinjeni tofu



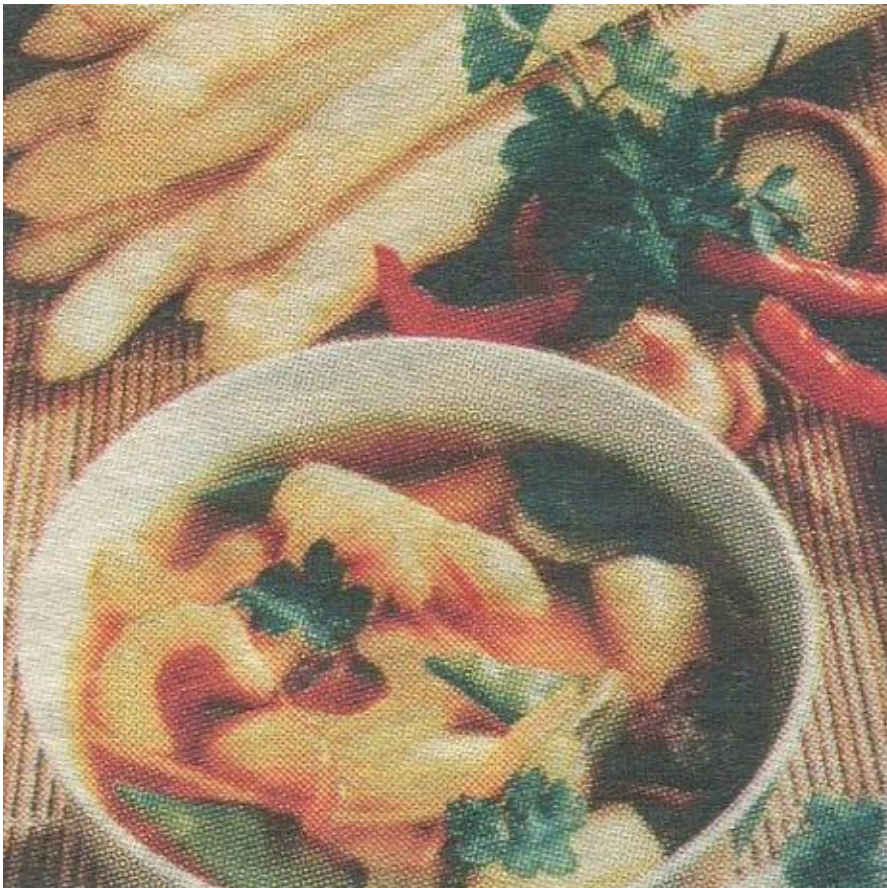
Sastojci: 50 dag sira od sojinog mlijeka (tofu), 3 dag paste od graha, 10 dag crnog graha, 2 dag svježeg džumbira, 1 dag češnjaka, 2,5 dag vlasca, žlica rakije od riže, žlica škrobnog brašna, 2 – 3 žlice ulja, žličica sojina umaka, ½ žličice fine soli, malo sečuanskog papra.

Skuhani grah nasjeckajte i pomiješajte s pastom od graha. Pomiješajte usitnjeni češnjak, kosani vlasac i nasjeckani džumbir. Tofu narežite na kockice i skuhajte u ½ l kipuće vode. Izvadite šupljikavom žlicom te pržite 1 minutu s pripremljenim umakom. Pomiješajte još sojin umak, škrobno brašno, otopljeno u žlici vode, rakiju od riže te 2 dl vode, sve pirjajte još minutu.

JUHA

Juha je jedino jelo uz koje osim štapića (za mnogo sastojaka najčešće vrlo gustih juha) nudi i porculanska žlica. Često se pripremaju krepke juhe od poprženih nasjeckanih kostiju i mesa. Procijeđenima se dodaje samo tjestenina ili mnogo povrća, komadići mesa, ribe, rakova i drugih sastojaka.

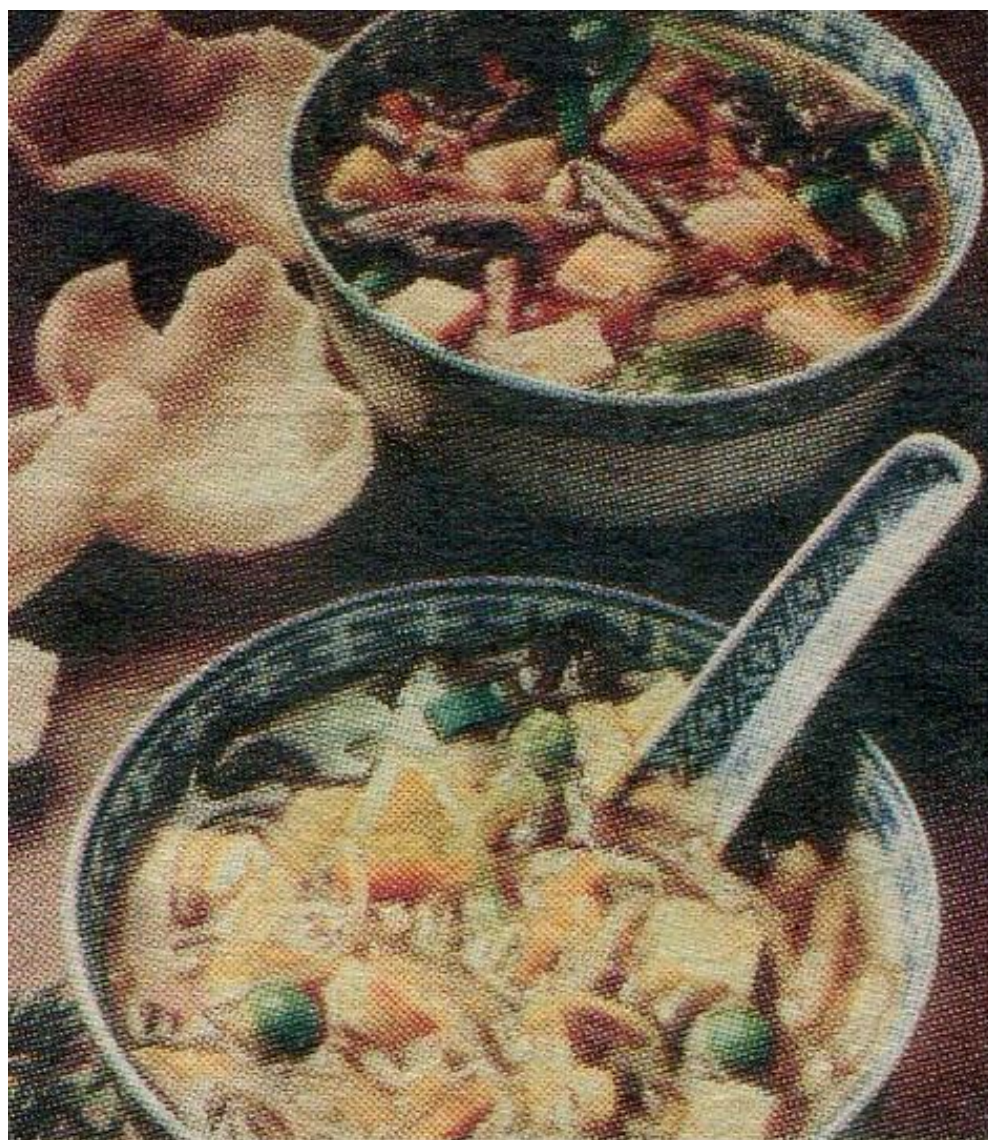
Juha od šparoga



Sastojci: 60 dag svijetlih šparoga, 10 dag mrkve, 5 dag peteljki celerovih grančica, 12 dag graška šećerca, 8 dag poriluka, 1 crvena čili papričica (najljući feferon), ½ naranče, 8 dag shii-take gljiva, 10 dag skuhanih račjih repića, 4 dl kokošje juhe, 2 žlice svijetlog umaka od soje, đumbir u prahu, sol, papar.

Očistite šparoge i narežite na komade dugačke 3 cm. Čili papričicu uzdužno prerežite, očistite od koštica i narežite na što tanje rezančice. Isto tako narežite i koru naranče. Pristavite juhu i kad provri dodajte šparoge te očišćeno i narezano drugo povrće. Kad provri dodajte 4 dl tople vode, narančinu koru, umak od soje i đumbir. Skuhajte na visokoj temperaturi da svi sastojci ostanu čvrsti. Na kraju u tome zagrijte račje meso te po ukusu dosolite i popaprite.

Juha sa škampima



Sastojci: 3 repa škampa, 20 dag purećeg bijelog mesa, sezamovo ulje, 6 shii-take gljiva, 3 žlice skuhanog graška, 1 dag lotosovih sjemenki, 3 mlada luka, malo rižine rakije, 2 jaja, , 6 žlica mlijeka, žlica umaka od soje, malo svježe naribanog muškarnog oraščića, maslac, sol, papar.

Za prilog pjenasto izmiješajte jaja, mlijeko, umak od soje i oraščić. Ulijte u maslacem namazan lim da bude u tankom sloju, pokrijte i ispecite u pećnici na niskoj temperaturi. Ohlađeno narežite na kockice. Očistite mladi luk, zeleni dio narežite na kolutiće a bijeli dio na rezance. Pureće bijelo meso narežite na kockice i ispržite na ulju. Dodajte narezano meso škampa i kratko popržite. Umiješajte mladi luk, narezane gljive i lotosovo sjemenje. Samo nekoliko puta promiješajte pa zalijte sa 6 dl hladne vode. Kad jako provri dodajte grašak i kuhajte da omekša. Na kraju dodajte kockice od jaja, začinite i poslužite odmah.

Kiselkasto-ljuta juha

Sastojci: 1 pileća prsa, 2 mrkve, 10 dag šampinjona, 5 dag bambusovih mladica ili prethodno prokuhani celer, 4-5 shi take gljiva, 2 jaja, 2 jušne žlice gustina, litra vode ili pilećeg temeljca, 2-3 jušne žlice običnog ulja, 2 čajne žličice soja umaka, jušna žlica octa, 2 jušne žlice gustina, sol, papar, malo šećera, peršin.

Kuhana pileća prsa narežite na manje kocke. Narežite povrće i prethodno namočene gljive. Popržite na ulju 2-3 minute. Dodajte meso, pržite nekoliko minuta. Zalijte vodom ili temeljcem. Posolite, popaprite, dodajte soja umak, ocat, šećer, i kad juha provri, gustin razmućen u malo hladne vode. Kad se juha zgusne, dodajte razmućena jaja i peršin.

Juha s kineskim rezančicama

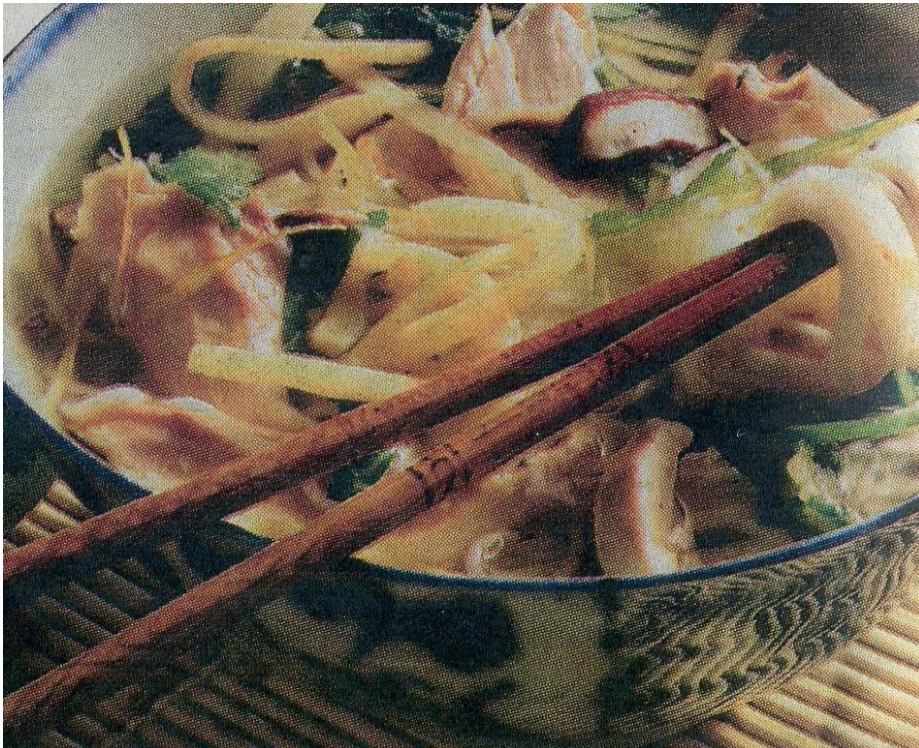
Sastojci: 50 dag pileće sitneži (glava i vrat, iznutrice, noge), 1 žlica bijelog papra, 1 češanj češnjaka, sol, 4 velike suhe kineske gljive, 3-5 dag kineskih rezančica, 1 struk poriluka, 5 dag očišćenih račića.

Pristavite pileću sitnež u hladnu vodu s paprom i oguljenim češnjakom. Namačite gljive i rezance 20 minuta u hladnoj vodi. Poriluk narežite na komadiće, rezance usitnite, gljive nasjeckajte. Ocijedite zgotovljenu juhu, dodajte pripremljene sastojke te očišćeno i narezano meso iz juhe. Kuhajte 5 minuta, posolite i dodajte račiće.

Jedan drevni naputak za „narodno jelo“ *Prosjačko pile* glasi:

Ukradenu kokoš očistite od perja, uvaljajte u glinu i tiho pecite na vatri

Pileća juha



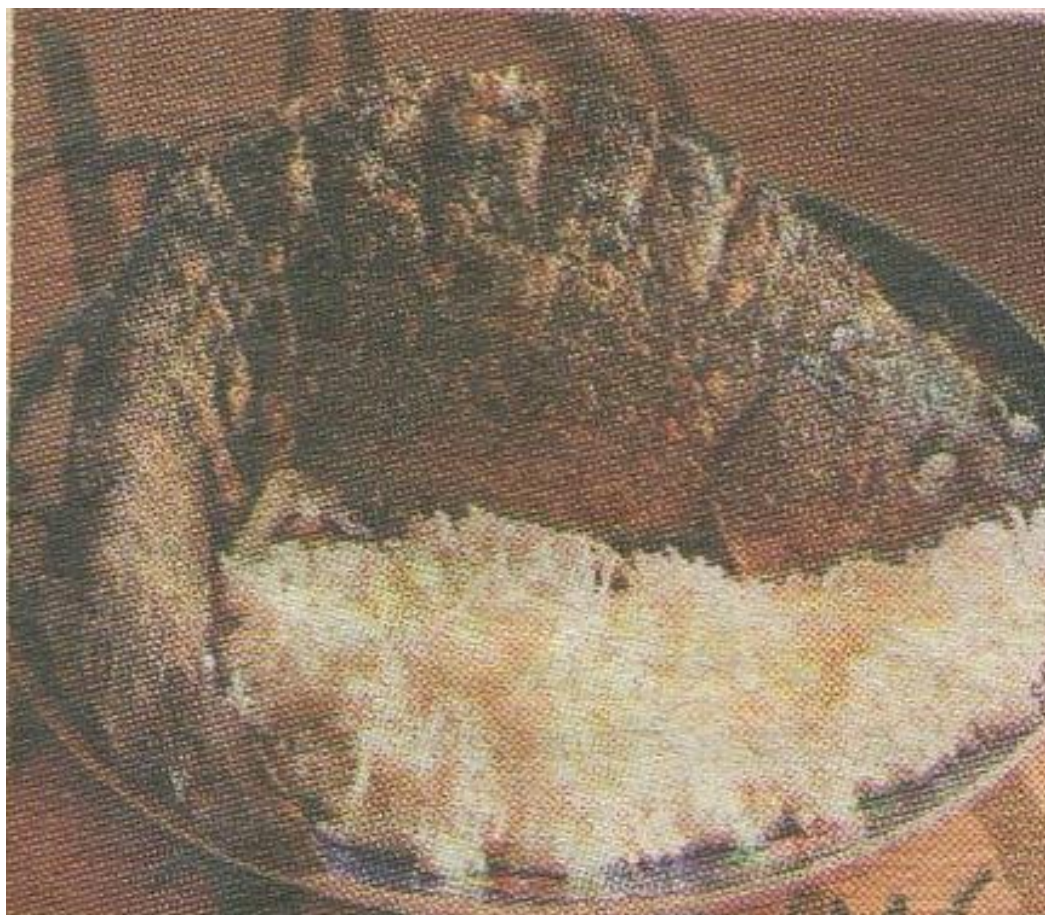
Sastojci: cijelo pile (oko 1 kg), 1 dl bijelog vina, 3 žlice sezamova ulja, korijen đumbira, 4 kineske gljive ili 4 velika šampinjona, 3 češnja češnjaka, sol, bambus ili šparoge, 1 poriluk, 30 dag rezanaca bez jaja.

Pile kuhajte na pari jedan sat. Nakon toga ga ostavite desetak minuta u vruću vodu. U temeljnicu stavite narezani bambus, češnjak u komadu, narezani poriluk i gljive u komadu. Dodajte vino, ulje i sol. Sve zajedno kuhajte još desetak minuta. Juha treba ostati bistra.

RIBE I PLODOVI MORA

Vrlo su omiljene ribe i stanovnici voda skuhanu na pari prethodno dobro začinjene. Sve se nareže na male komade te poslužuje s povrćem, raznim umacima i uvijek – rižom. Rjeđe se prže čitave ribe.

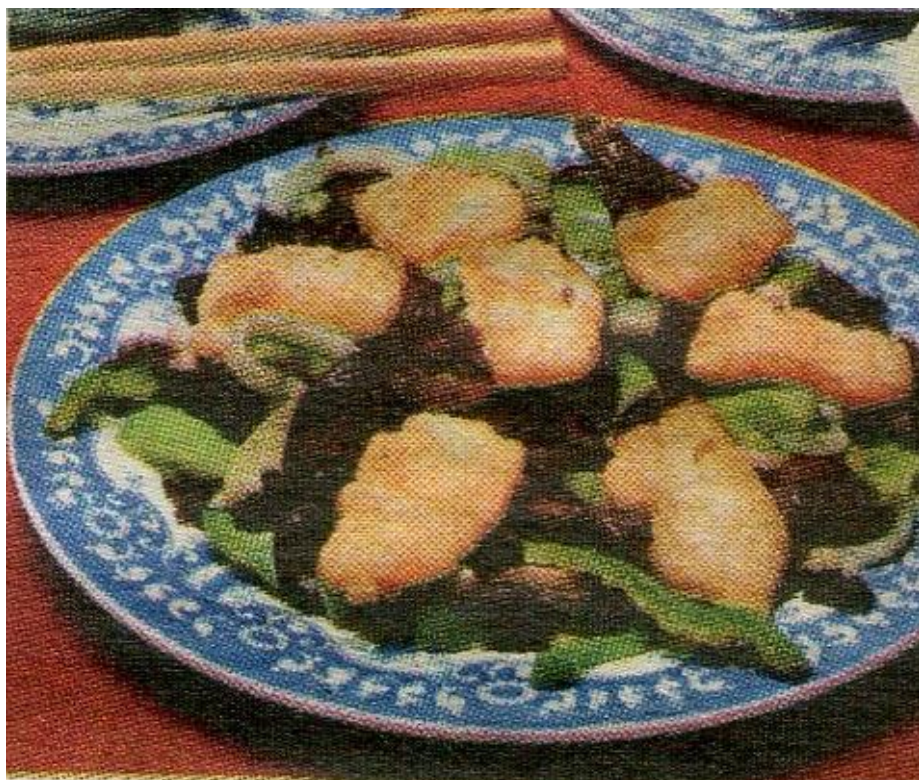
Šaran s rižom



Sastojci: šaran od 2 kg, 4 dag škrobnog brašna, 5 dl ulja, 1 poriluk, 2 ploškice suhog džumbira, 1 – 2 žlice umaka od soje, 10 dag celerovog korijena, žlica slatkastog vina, šećer, anis, 20 dag riže dugoljasta zrna, sol, bijeli papar.

Šaranu nemojte odrezati glavu, očistite ga izvana i iznutra, operite i dobro obrišite. Na hrptu načinite nekoliko usporednih ureza. Izvana i iznutra ribu natrljajte posoljenim brašnom i pržite sa svake strane po 3 minute u vrelom ulju. Odlijte veći dio ulja uz ribu dodajte na tanke kolute narezan bijeli dio poriluka, džumbir, naribani celer i 2 dl vode. Pirjajte još desetak minuta i izvadite zgotovljenu ribu. U povrće dodajte vino, umak od soje, malo šećera i anis te posebno skuhanu rižu. Poslužite uz ribu

Pržena riba



Sastojci: 4 filea čistog mesa bez kože i kosti bijele morske ribe, 2 žlice škrobnog brašna, 1 bjelanjak, 1 omot suhih crnih gljiva, 2 glavice luka, 1 zelena paprika, žličica svježe naribanog đumbira ili u prahu, 2 dl povrtnje juhe, 3 žlice sojina umaka, ulje, sol, papar.

Oprane gljive namočite u mlaku vodu na 20 minuta. Riblje meso narežite na podjednako velike komade, posolite i utapkajte u žlicu škrobnog brašna. Istucite bjelanjak i u njega umiješajte preostalo škrobno brašno. Oljuštjeni luk i očišćene paprike narežite na tanke rezance. Obrišite gljive, narežite ih na deblje rezance pa sve zajedno ispržite na dobro zagrijanom ulju. Podlijte juhom i umakom od soje, smanjite temperaturu i pirjajte još točno 3 minute da povrće samo omekša. Po ukusu dosolite i popaprite. Ispržite ribu u dubokoj masnoći i poslužite zajedno.

Šaran na pari

Ribu očistite, koso zarežite svakih 2-3 cm, kratko popržite s jedne i druge strane i stavite u vatrostalnu zdjelu da se kuha s malo kokošnjeg temeljca, sojina umaka, soli i čilija. Kuhajte 20-ak minuta. Ukasite svježim ili pirjanim povrćem.

Brancin kuhan na pari

Sastojci: 1 brancin (ili neka druga riba), 1 poriluk (ili mladi luk) korijen đumbira, 3 žlice soja umaka, 3 žlice sezamova ulja, 1 dl vina od riže (ili bijelog vina), 2 žlice maslinova ulja, sol, kineska sol, obično ulje.

Ribu očistite i površinski zarežite na četiri dijela. Na tanke rezance izrežite poriluk i đumbir. Posolite, podlijte vinom i po ribi stavite tanke rezance đumbira i poriluka. Kuhajte desetak minuta na pari. Zatim ribu izvadite, maknite povrće i dodajte soja umak, ostatak poriluka i narezane mrkve. Sve treba tri minute popržiti u vrelom suncokretovim ulju, a može i u maslinovom. Zatim stavite na tanjur i prelijte vrućim maslinovim uljem.

Skrivena riba

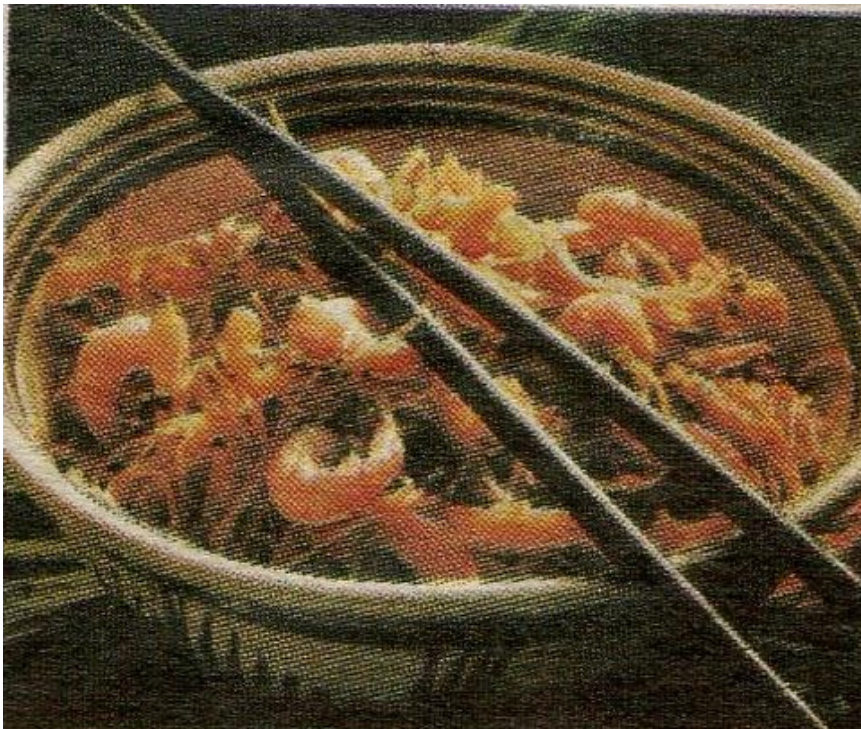
Sastojci: 1 kg svježe bijele morske ribe u komadu, 2 sušene namočene kineske crne gljive, 1 manja mrkva, 1 velika glavica luka ili mladi luk, 1 crvena paprika ili svježi crveni čili, 1 komad đumbira dugačak oko 3 cm, 1 žlica biljnog ulja, 1,5 žlica laganog sojina umaka.

Ribu očistite od ljuske, operite je i dobro osušite. Zarežite je dublje dijagonalno na mjestima gdje je poslije namjeravate rezati, i to s obje strane. Sušene gljive izvadite iz vode, ocijedite ih i odstranite peteljke. Povrće i đumbir narežite na tanke trakice (rezance). Stavite ribu na tanjur i pospite je narezanim povrćem i đumbirom. Prelijte uljem i sojinim umakom. Stavite tanjur na posudu s ključalom vodom. Dobro pokrijte i ostavite neka se pari oko 12 minuta ili dok riba ne bude kuhana, a provjeriti možete već nakon desetak minuta.

Lignje s povrćem

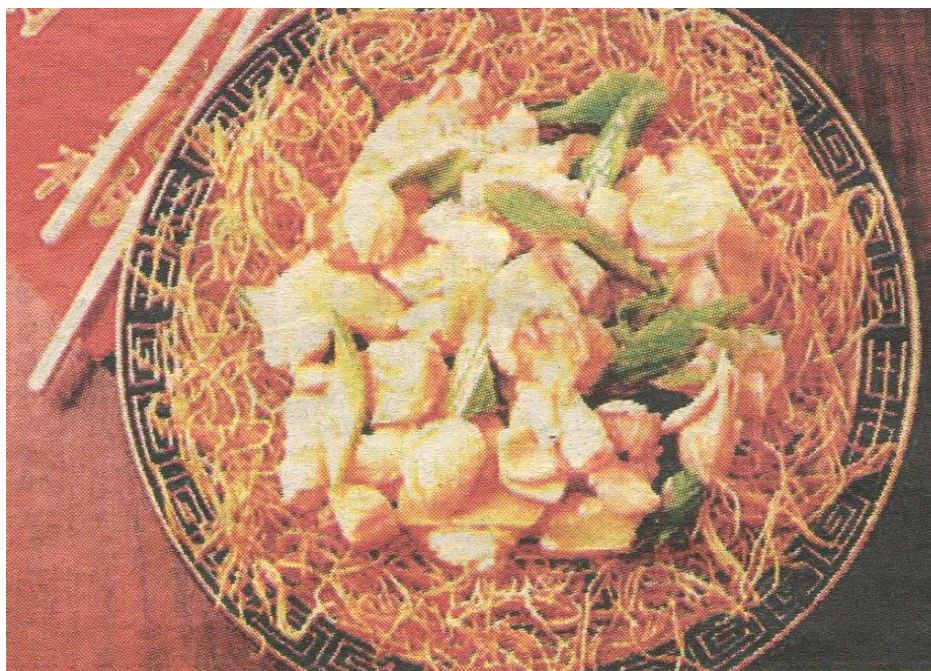
50 dag liganja izrežite na komadiće, zarezite i kratko prokuhajte (poparite) u kipućoj vodi da dobijete oblike. Celer, bambus, mrkvu, papriku, luk, šampinjone i čili (ukupno 40 dag) izrežite, popržite u woku, potom na nekoliko minuta dodajte lignje.

Račići i ribe



Sastojci: 50 dag očišćenog mesa iz repova račića, 40 dag filea čistog mesa morske ribe bez kosti i kože, 4 – 5 čili papričice (sitnih feferona), 3 češnja češnjaka, 3 dag svježeg korijena džumbira, 0,8 dl umaka od rajčica, 2 žlice šećera, 3 žlice tamnog umaka od soje, 1 dl ulja od kikirikija, 25 dag „staklenih“ špageta, sol, papar.

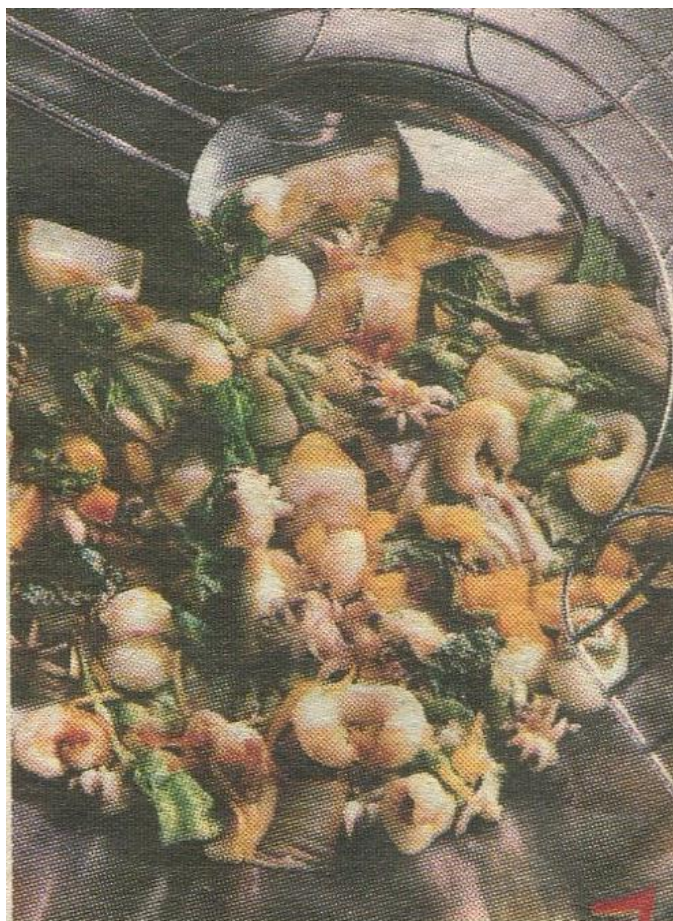
Kombinacija morskih plodova



Sastojci: 25 dag jakovskih kapica, 25 dag lignji, 25 dag velikih kozica, 2 velika filea bijele ribe, 28 dag konzerviranih mladica bambusa, 260 dag konzerviranih vodenih kestena, 8 lučica ljutike, 3 svežnjića mladog celera, žličica gustina, ½ šalice vode, kocka pileće juhe, 2 žličice sherrya, žličica ulja od sezama, 2 žličice sojina umaka, 4 žlice ulja.

Očistite Jakovove kapice, izvadite meso (mišić), dobro operite, osušite papirnatim ubrusom (salvetom). Ostalo bacite. Očistite i pripremite lignje. Oštrim nožem oblikujte na njima plitke rezove u obliku dijamanta. Tako će lakše omekšati i pri prženju se saviti u atraktivne oblike. Školjke, kozice (repovi bez oklopa) i ribu kojoj ste skinuli kožu izrežite na krupnije komade. Dijagonalno narežite celer i ljutiku, ocijedite vodene kestene i prepolovite, ocijedite bambusove mladice i tanko narežite. Zagrijte 2 žlice ulja u voku, dodajte povrće, pržite 2 minute, maknite iz voka. Dodajte preostalo ulje i zagrijte. Ubacite školjke, lignje, kozice i ribu, i pržite 2 minute. Pomiješajte gustin s malo vode dok ne dobijete glatku smjesu. Dodajte preostalu vodu, razmrvljene kocke juhe, sezamovo ulje, sherry i sojin umak. Dobiveni umak ulijte u vok, miješajte dok ne provri, dodajte povrće i tresite dok se dobro ne zagrije (postupak sotiranja).

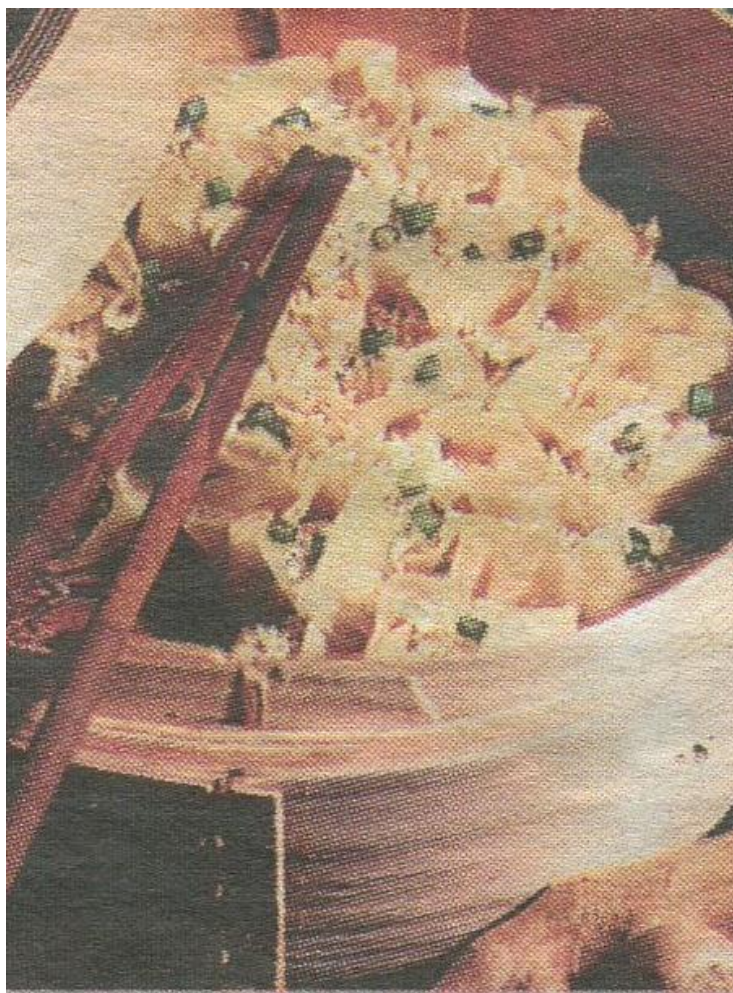
Marinirane sipice



Sastojci za 3 osobe: 40 dag očišćenih sipica, komad džumbira, dugačak 2 cm, 3 češnja češnjaka, žličica paste od srdela, 3 žlice jače slanog soja umaka, 2 žlice slatkastog vina (u zamjenu možete koristiti vermut ili prošek), 1 limun, 2 žlice umaka od soje, 1 žlica ulja od sezama, 1 manji kineski kupus, 1 žuta paprika.

Operite sipice, obrišite ih, velike narežite. Usitnite češnjak, naribajte koru s limuna i džumbir narežite na rezance. Pomiješajte i primiješajte limunov sok, pastu od srdela, slani umak od soje i vino. Podlijte sipice. Poklopite i stavite u hladnjak na 30 minuta. Zagrijte u voku obje vrste ulja, dodajte dobro ocijeđene sipice i pržite 3 minute. Povucite na gornji dio stijenke voka, u sredinu na vrelo ulje uspite kupus i papriku te pržite 1 minutu. Vratite u povrće sipice te podlijte marinadom i po ukusu dodajte još umaka od soje.

Jastučići s račjim mesom



Sastojci: 40 dag glatkog brašna, 2 vodena kestena, 5 g džumbira u prahu, 50 dag čistog račjeg mesa, 10 kapi umaka od oštriga (kamenica), 2 tvrdo kuhana jaja, 10 dag skuhanog graška, sol, papar.

Zamijesite tijesto od brašna i 0,8 dl vruće vode. Kad odleži 5 minuta, dodajte 0,9 dl hladne vode pa dugo mijesite da dobijete glatko elastično tijesto. Ostavite da odleži. Nasjeckajte tvrdo kuhane žumanjke s račjim mesom i vodenim kestenima, dodajte umak od oštriga, sol i papar. Dobro promiješajte. Vrlo tanko razvaljajte tijesto i narežite na kvadrate 7 x 7 cm. Na njih rasporedite nadjev i na svaki dodajte zrno graška. Savijte tijesto u prsten kao torteline. Poslažite ih na gornji dio lonca za kuhanje na pari i kuhajte desetak minuta. Pospite nasjeckanim bjelanjkom i preostalim graškom.

Pržene kozice s porilukom

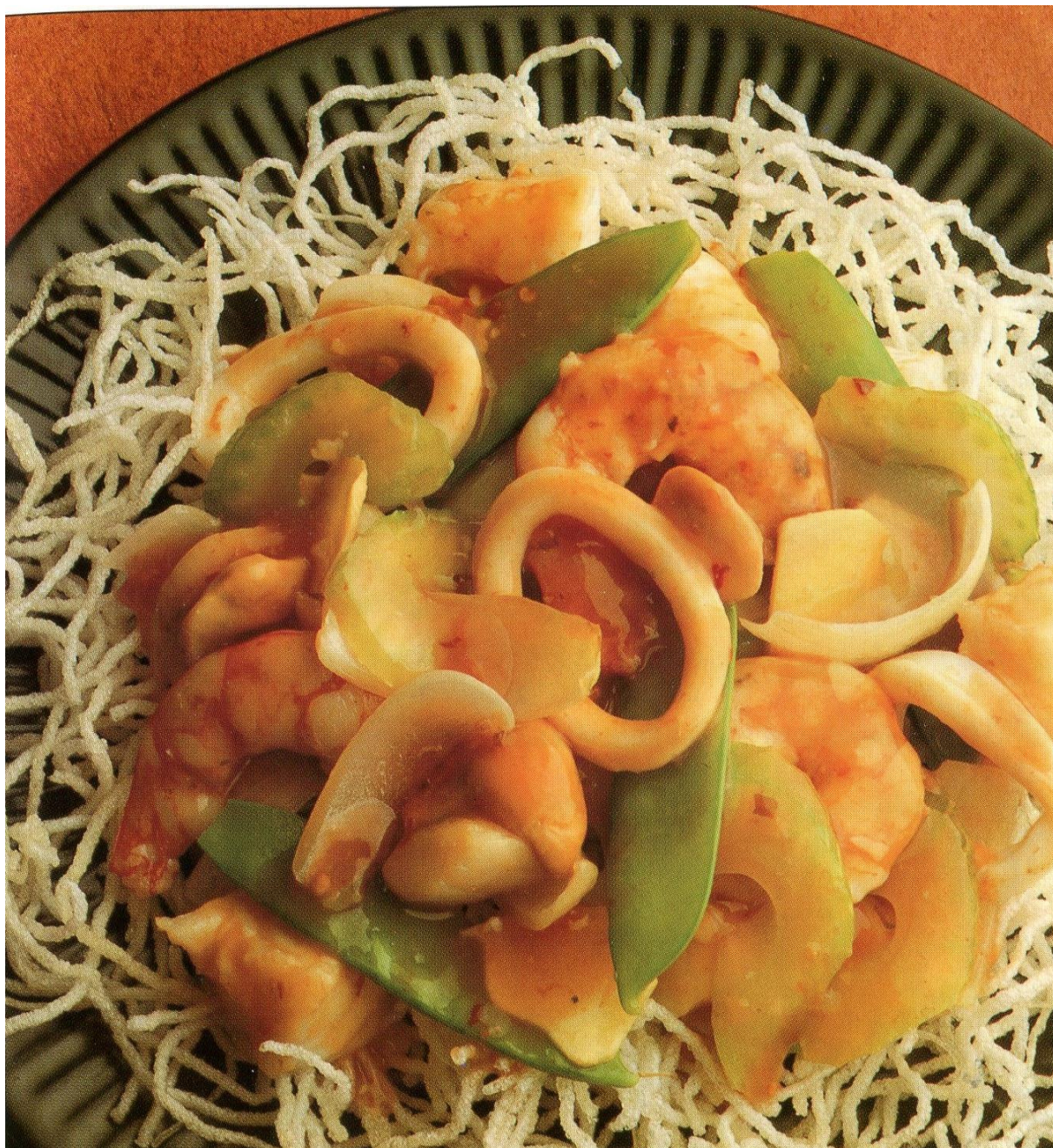


Sastojci: 80 dag velikih kozica u ljusci, 2 mlada poriluka, 1 svježa crvena čili papričica, 1 komad đumbira dužine 3 cm, 3 žlice biljnog ulja, 2 žličice svijetlog soja umaka, 1 žlica japanskog *mirina* ili *đumbirova vina*, 1/3 žličice vode, " žličice praha za pileći temeljac, 1 žličica škrobnog brašna.

Ogulite kozice ostavljajući zadnji dio ljuske i repa netaknutima. Razrežite ih po hrptu i uklonite žilice. Bijeli dio poriluka dobro isperite i izrežite prvo na trake duljine 4 cm, a zatim uzdužno na uske rezance. Prepolovite čili papričice, izvadite sjemenke i isjeckajte ju na fine, uske rezance. Ogulite đumbir i izrežite ga na uske rezance. Zagrijte ulje u voku i prepržite poriluk, čili i đumbir na jakoj vatri oko 40 sekundi. Gurnite ih na jednu stranu woka, dodajte kozice i pržite ih oko 2 minute, dok se cijele ne preprže. Dodajte sojin umak i mirin ili đumbirovo vino. Pomiješajte vodu, pileći temeljac u prahu i škrobno brašno te ih ulijte u wok. Pirjajte na jakoj vatri, miješajući dok se ne zgusne.

Plodovi mora specijalitet su istočnog, priobalnog dijela Kine. Postupak kratkog pripremanja ljute hrane u woku odgovara školjkašima i kvalitetnoj bijeloj ribi. Jela od plodova mora začinjavaju se mladim lukom u đumbirom.

Hrskavi plodovi mora na prhkim rezancima od riže



Sastojci: 6 mladih kozica srednje veličine, 20 dag bakalara ili druge bijele ribe, 4 lignje bez krakova, 6 jakovskih kapica, 2 šalice biljnog ulja, 15 dag rižinih rezanaca, 1 luk srednje veličine (izrezan na kriške), 1 poprečno narezana stabljika celera, 20 dag mladih mahuna podrezanih vrhova, 12 listića đumbira debljine papira, 1 šalice umaka od rajčice, 1 žličica praha za pileći temeljac, 2 žličice šećera, 1 žličica čili umaka, 1 žlica škrobnog brašna, 1,5 šalice vode.

Ogulite kozice i izvadite im žilicu. Izrežite ribu na kockice veličine zalogaja, narežite lignje na tanke kolutiće i prepolovite jakovske kapice. Zagrijte ulje i pržite rižine

rezance u malim količinama dok ne nabubre i ne pobijele. Brzo ih uklonite da se ne bi prekuhali. Rasprostrite ih na pladanj za posluživanje. Izlijte ulje, ostavljajući 3 žlice ulja u woku i na njemu pržite povrće oko 2 minute. Uklonite ga ili pomaknite na stranu, te pržite plodove mora dok ne budu gotovi. Pomiješajte ih s povrćem i rasprostrite ravnomjerno preko rižina tijesta. U tavu stavite umak od rajčice, temeljac u prahu, šećer i umak od čilija. Dobro promiješajte. Umiješajte škrobno brašno s vodom da dobijete glatku smjesu. Dodajte mješavini u tavu, neprekidno miješajte na umjerenoj vatri dok mješavina umaka ne provri te se zgusne. Prelijte preko tijesta i plodova mora i odmah poslužite.

MESO

Jela s mesom često su za naš ukus neobična, ali vrlo ukusno začinjena. Miješaju se ljuti začini sa slatkim i kiselim okusima. Meso se uvijek reže na vrlo tanke ploškice ili rezance da se vrlo kratko prži. Jedu se sve vrste mesa. Poznati je specijalitet lakirana patka, a priprema se na različite načine. Ponekad se napola spečenoj skine hrskava koža (i odmah posluži kao predjelo) ili se skupa s kožom premazuje medom sloj po sloj dok ne dobije vrlo sjajnu koricu.

Kineska patka na europski način, na žaru

Sastojci za 4-6 osoba: 1 mlada patka pripremljena za pečenje teška oko 1,5 kg, umak od soje, naranče narezane na ploške, po želji šljive s đumbirom, narančin sok i sirup s đumbirom.

Patku narežite na 6-8 dijelova i izrežite suvišnu masnoću. Pojedine komade obilno ovlažite umakom od soje pa ih ostavite u pokrivenoj posudi dva sata na hladnom mjestu. Pržite ih na nauljenom roštilju. U posljednjih deset minuta premazujete umakom od soje. Poslužite sa svježim ploškama naranče. Naranče možete izmiješati s finom rezanim šljivama s đumbirom, narančinim sokom i s malo đumbirova sirupa.

Patka s bademima

Sastojci: manju patku (otprilike 1 kg tešku), umak od soje, sol, 1/4 l suhog šeri vina, 1 žličica škrobnog brašna, 10 dag badema, 1/8 l ulja, šećer, papar.

Patku izvana i iznutra posolite te namažite umakom od soje. Vino prokuhajte s 1/2 l vode, dodajte patku i kuhajte 1-1 1/4 sat. Bademe prelijte kipućom vodom, ogulite, dobro osušite i ispržite ih na ulju. Patku razrežite, odstranite kožu i kosti, meso narežite i popržite na ulju na kojem ste ispržili bademe. Izvadite meso, dodajte procijeđenu juhu u kojoj se kuhala patka, dodajte razmućeno škrobno brašno i prokuhajte. Dodajte sol, papar, umak od soje i malo šećera te time prelijte meso i bademe.

Piletina s agrumima

Sastojci: 1 pile, sol, papar, 1 žlica meda, 6 žlica ulja, 3 dl pileće juhe, 3 žlice umaka od soje, 1 naranča, 1/2 limuna (sok), 1 veliki češanj češnjaka, 1 malu konzervu očišćenih kriški mandarinki, 1 klinčić.

Očišćeno pile izvana i iznutra posolite i popaprite a izvana natopite medom. Ispržite ga na zagrijanom ulju sa svih strana. Zalijte juhom i umakom od soje, dodajte sok od naranče i limuna. Dodajte klinčić i usitnjeni češnjak. Poklopite i pirjate 45 minuta. Povremeno okrećite. Dok režete pile, zagrijavajte umak na visokoj temperaturi da se zgusne. U nj dodajte kriške mandarinki da se zagriju te poslažite oko piletine. Uz to ponudite rižu.

* U kineskoj kuhinji, kao i u drugim dalekoistočnim zemljama, često se slanim jelima dodaje voće. Ta se moda proširila po cijelom svijetu.

* Med se dodaje zbog okusa, ali i zbog ljepše boje. Znamenita kineska lakirana patka dobiva svoju lakiranu površinu upravo zato što se cijelo vrijeme pečenja premazuje medom.

Pržena piletina s kikirikijem i čilijem



Sastojci: 40 dag pilećih prsa s kožom bez kostiju, 1 žličica sitno ribanog đumbira, 1 žlica šerija, 1 žlica svijetlog soja umaka, 1 nasjeckana svježa ili sušena crvena čili papričica, 1 šalica oguljenog sirovog kikirikija, ½ šalice biljnog ulja, 1 luk srednje veličine (narezan na kriške), 1 mala crvena paprika (narezana na rombove), 1 mala zelena paprika (narezana na rombove), 1 šalina bambusovih mladica, ½ šalice pilećeg temeljca, 1 žličica čili umaka (po želji), 2 žličice škrobnog brašna.

Narežite piletinu na kocke veličine 2 cm i stavite je u posudu s đumbirom, šerijem i sojinim umakom. Dobro promiješajte i marinirajte pola sata. Pržite čili i kikiriki u vrućem ulju oko 1 minutu pa ih izvadite. Izlijte polovinu ulja. Pržite luk, paprike i bambusove mladice oko 1 minutu, izvadite ih ili gurnite na stranu te pržite piletinu oko 2 minute ili dok ne bude gotova. Dodajte pomiješan pileći temeljac, umak i škrobno brašno. Pustite da provrije na jakoj vatri i miješajte smjesu dok se ne zgusne. Vratite mješavinu paprika i umiješajte čili i kikiriki. Nakratko zagrijte.

Ovo jelo možete pripremiti s velikim kozicama, svinjetinom narezanom na kockice ili kockicama tofua (sojina sira) koje ste prethodno prepržili na ulju kako bi im površina postala hrskava.

Piletina s Cash-Ou oraščićima (indijskim oraščićima)

Sastojci: 4 komada pilećih prsa srednje veličine, 15 dag svježih indijskih oraščića, 5 dag šampinjona, 5 dag graška, 5 dag mrkve, ½ dl bijelog vina, sol, bijeli papar, 2 čajne žličice šećera, 3-4 žličice soja umaka, 1-2 dl običnog ulja.

Narežite mrkvu na komadiće veličine 2 cm, izrežite šampinjone. Narežite piletinu na kocke veličine 2 cm, dodajte pola količine vina, 2 čajne žličice soja umaka, šećer, sol po želji, marinirajte pola sata. Za to vrijeme prepržite oraščiće tako da ih ulje prekrije u manjoj tavi, dok ne dobiju zlatnosmeđu boju. Izvadite iz ulja. U posebnoj tavi dodajte jušnu žlicu ulja, prepržite piletinu, grašak, mrkvu i šampinjone i kad meso pobijeli, dodajte oraščiće, ostatak soja umaka, vina, malo posolite, popaprite po želji. Pirjajte nekoliko minuta dok meso potpuno ne omekša. Poslužite s kuhanom rižom.

Pile gomb



Sastojci: 2 pileća filea, 1 mrkva nasjeckana na kockice, 1 glavice luka isjeckana na kockice, 1 zelene paprike isjeckane na kockice, 2-3 žlice kikirikija, sol, papar, gustin, 1/2 dl bijelog vina,

Pile marinirajte u bijelom vinu, dodajte soju, sol, papar, suncokretovo ulje i gustim. Promiješajte i desetak minuta ostavite da odstoji. Meso odvojite iz marinade, a u tavi zagrijte ulje i dodajte chili, potom povrće, a na kraju i meso. Začinite po ukusu i na kraju dodajte kikiriki. Meso prekrijte sa umakom (marinadom), te dodajte gustin. Jelo se poslužuje s bijelom rižom.

Prevedeno jelo se zove – *blago palače*, podrazumijeva način pripreme – gombao.

Kineska kokoš siromaha (Kokoš u blatu – glini)



Sastojci: 1 cijela kokoš otprilike 1,5 kg; marinada: 2 velike žlice tamnog umaka od soje, suho vino ili prošek, 2 žličice đumbirovog soka, sol, papar; *sastojci za nadjev*: 6

shitake gljiva (svježe ili sušene), 10 dag svinjetine, 5 dag kiselog kupusa, 2 mlada luka, 1 žlica svijetlog sojinog umaka, 1 žlica riže, suho vino ili prošek, 1 čajna žličica granuliranog šećera, 1/2 žličice sezamovog ulja; *sastojci za glina tijesto*: 1 kg fine (sitne) soli, 4 šalice brašna, 2 šalice vode (približno).

Priprema tijesta od gline: pomiješajte u zdjeli brašno i sol. Postupno dodavajte vodu te miješajte dok ne dobijete čvrsto tijesto, paziti da ne postane pre mekano. U manjoj zdjeli spojite sastojke za marinada i utrljajte ih u unutrašnjost i vanjski dio kokoši, ostavite u zdjeli da se marinira 1 sat. Dok se piletina marinira pripremite nadjev (povrće i svinjetinu). Ako koristite sušene gljive shiitake, namačite ih u toploj vodi do omekšaju pa ih izrežite na tanke ploške. Isto tako izrežite i preostalo povrće.

U voku zagrijte 2 žlice ulja do srednje-visoke temperature. Dodajte zeleni luk i svinjetinu te pecite dok ne postane hrskavo nakon čega dodajte gljive i povrće. Umiješajte umak od soje, rižu ili suho vino a može i prošek, šećer, sezamovo ulje te pet začina u prahu, ako koristite. Izvadite iz tave i nadjenite kokoš, zatvorite otvore koncem ili čvrstim čačkalicama. Raširite alu-foliju na stolu te u sredinu folije stavite kokoš, dobro ju omotajte alu-folijom pazeći da ne pukne. Zarolajte tijesto od gline na debljinu 1 cm, tako da u potpunosti prekrije kokoš u alu-foliji. Paziti da rubovi budu dobro zatvoreni i da nema rupice u tijestu. Tako pripremljenu kokoš pecite je na 200 °C dobra 3 sata.

Naputak, recept, navodno je potekao iz istočnog dijela Kine, točnije Shangaja, i u sebi krije priču o prosjaku koji je ukrao kokoš. Vlasnik kokoši organizirao je potjeru za njim ali prosjak je kokoš sakrio u blato neposredno pokraj rijeke. Kasnije se vratio po skrivenu kokoš i odlučio napraviti vatru u šumi te je pripremiti za jelo. Neuki prosjak je napravio od grančica veliku vatru i cijelu kokoš s blatom ubacio u vatru. Nastao je glineni omotač koji je prekrrio cijelu kokoš. Kada je procijenio da je kokoš gotova do nje je mogao doći na jedini mogući način a to je razbiti čvrsti omotač gline oko nje. Kada je to učinio prosjak se iznenadio mirisom koji je izašao iznutra. Kokoš je zadržala svu svoju aromu. Kasnije je prosjak svoj „izum“ prodavao seljanima i ne očekujući da je upravo on izumio jedan od najvećih gastronomskih tradicija Kine.

Omlet s piletinom

Sastojci: 6 jaja, 2 žličice svijetlog soja umaka, po prstohvat šećera i bijelog papra, 2 nasjeckana mala mlada luka, 2 žlice biljnog ulja, 15 dag usitnjenog mesa pile tine, 1-1,5 žlica umaka od kamenica.

Umutite jaja s umakom od soje, šećerom, paprom i dvije žlice vode. Zagrijte vok ili tavu za omlet i na ulju pržite bijele dijelove mladog luka 30 sekundi. Dodajte pileće meso. Kratko ga prepržite te ulijte jaja. Pržite ih dok s donje strane ne dobiju laganu boju. Razrežite omlet na četvrtine, okrenite ih i pecite s druge strane. Prebacite na zagrijani tanjur, lagano prelijte umakom od kamenica i ukasite narezanim zelenim dijelom mladog luka.

Slatko-ljuta pile tina

Sastojci: 2 bataka, 1 komad bijelog mesa, sol, brašno, ulje, 2 limuna, 2 žličice gustina, 2 žličice umaka Tabasco, 2 žličice sojina umaka, malo đumbira, 2 žlice meda, 3 mlada luka.

Meso izrežite na komade, uvaljajte u pomiješano brašno i sol te ispržite u dubokom ulju. Izmiješajte pola šalice vode, pola šalice limunova soka, Tabasco, med, đumbira koliko stane na vrh noža i 2 žličice gustina. Ulijte u dublju tavu i neprestano miješajući zakuhavajte, stavite u umak isprženo meso, dodajte mladi luk isjeckan uzdužno na trake i kuhajte još minutu.

Kineska govedina

Sastojci: 40 dag govedine, 1 glavica luka, 1 konzerva kineskih gljiva, 2 žlice kineskog slatko-kiselog umaka, 1 žlica kineskog umaka od soje, sol, papar, 1 omot smrznutih mahuna, 1/2 konzerve izdanaka graha, ulje.

Oljuštite i nasjeckajte luk pa ga ispržite. Meso narežite na kockice, dodajte luku i ispržite. Zalijte tekućinom iz konzerve gljiva, dodajte slatko-kiseli umak i umak od soje. Dodajte juhe ili vode, poklopite i pirjajte dvadesetak minuta. Dodajte najprije mahune pa nakon nekoliko minuta i gljive iz konzerve. Kuhajte još desetak minuta i dodajte po potrebi juhe. Pospite izdancima graha. Kao prilog poslužite kuhanu rižu

Slatko-kiseli umak kupuje se već zgotovljeni, ali možete ga načiniti i sami: za umak naribajte 12 dag mrkvice pa ih miješajući pržite 1 minutu na 2 žlice ulja i 15 dag duboko

smrznutog graška. Dodajte 1 žlicu umaka od soje, 1/4 1 kečapa od rajčice, 1 žlicu alkoholnog octa (25 postotnog), 2 žlice šećera, sol, papar. Kuhajte još da sve omekša, protisnite i opet pristavite. U malo hladne vode žlicu škrobnog brašna, dodajte umaku i prokuhajte. Po potrebi još začinite.

Govedina s lukom i paprikom

Sastojci: 80 dag govedine, najbolje mekog beefsteaka, 10 dag mrkve, 20 dag svježe paprike, 20 dag crvenog luka (kapule) 1 dl običnog ulja, 2 češnja češnjaka, 2 čajne žličice soja umaka, 2 čajne žličice bijelog vina, 1 čajna žličica šećera, malo umaka čili, sol i papar po želji.

Uz kineska jela često se poslužuje i slatko-kiseli umak

Meso narežite u štapiće promjera pola centimetra a dugačke 5 centimetra. Narežite mrkvu i luk u štapiće iste veličine. Na ugrijano ulje stavite luk, meso i češnjak i pržite nekoliko minuta dok meso ne omekša. Dodajte papriku i pržite dok i ona ne omekša. Posolite, popaprite, dodajte vino, čili, soja umak i šećer. Pržite nekoliko minuta. Poslužite s kuhanom rižom.

Pržena govedina s brokulama



Sastojci: 40 dag ramstecka, 1 žlica škrobnog brašna, 2 žlice svijetlog soja umaka, 1 žlica suhog šerija, 1 žličica šećera, 15 dag brokule, 3 žlice ulja, 2 narezana mlada luka (samo bijeli dio), ½ šalice pilećeg ili goveđeg temeljca, 1 i 1 žlice umaka od kamenica (po želji).

Izrežite govedinu na vrlo tanke listiće i stavite ih u posudu sa škrobnim brašnom, soja umakom, šerijem i šećerom. Dobro promiješajte i pustite da odstoji pola sata. Odvojite cvjetice brokule i pržite ih na ulju oko 1 minute. Dodajte mladi luk i kratko ga prepržite. Gurnite povrće na jednu stranu woka i dodajte govedinu i marinadu. Pržite ih na jakoj vatri dok meso ne promijeni boju, oko 2 minute. Dodajte temeljac i pirjajte na jakoj vatri oko 1 minutu uz miješanje. Po želji možete umiješati i umak od kamenica. Poslužite s rižom.

Govedina s tjesteninom

Sastojci: 30 dag kineskih špageta od soje, 20 dag čiste govedine, po " crvene, zelene i žute paprike, 2 inćuna iz konzerve, 1-2 žličice umaka od soje, 1 češanj češnjaka, 2 crvene ljute papričice, ulje, sol, papar.

Paprike narežite na rezance. Govedinu narežite na ploškice pa ispržite s usitnjenim češnjakom. Umiješajte nasjeckane inćune i paprike. Smanjite temperaturu i pržite još 3 minute. Začinite sojinim umakom i paprom. Skuhajte špagete i dodajte meso.

Prženi tofu s mljevenim mesom



Sastojci: 30 dag mljevenog goveđeg mesa od ruže, 1 narezani luk srednje veličine, 2 žlice biljnog ulja, 1,5 žličica sitno nasjeckanog češnjaka, 2 žličice sitno nasjeckanog đumbira, 1/2 - 1 žličice ljute kineske paste od soje, 1-2 žličice šećera, 1 žlica tamnog soja umaka, 50 dag mekog tofua (sojina sira) narezanog na kockice, 1/2 šalice pilećeg temeljca, 1 šlica škrobnog brašna, veliki listovi zelene salate za posluživanje.

Pržite mljevenu govedinu i luk na ulju 4 minute. Dodajte češnjak i đumbir te ih kratko prepržite. Zatim dodajte pastu od soje, šećer i sojin umak te ih kuhajte oko 1,5 minutu uz često miješanje. Dodajte kockice tofua i mješavinu temeljca i škrobnog brašna t dalje pržite uz miješanje na slabijoj vatri, da umak bude gust. Poslužite na listovima zelene salate.

Pikantni kotleti

Sastojci: svinjski kotleti, 2 žlice gustina, 3 žlice sojina umaka, 2 žlice rakije, 1/2 žličice papra, 1 mrkva, 1/2 žličice đumbira, 1/2 žličice cimeta, ulje, 1 dl pileće juhe, 1 peršinov korijen, 1 režanj celera, 1 zelena ljuta papričica.

Kotlete prelijte sojinim umakom i rakijom, pospite začinima i gustinom pa promiješajte. Pustite da odstoje oko 2 sata. Ulje jako zagrijte, ispržite kotlete izvadite. Izrežite ih na trake široke oko 1 cm i držite u toplom tanjuru. Povrće izrežite na što tanje trake, propržite 1 minutu na dvije žlice ulja, prelijte juhom i pustite da proključa. Dodajte ispržene kotlete, promiješajte i poslužite.

Rebra na kantonski način



Sastojci: 1 kg svinjskih rebara, 4 žlice soja umaka, 2 žlice meda, 2 žlice svijetlog vinskog octa, 1 žlica bijelog suhog vina, žlica usitnjenog češnjaka, žličica šećera u prahu, 2 žlice kokošje juhe.

Pomiješajte sve sastojke osom rebara koje narežite o namažite pripremljenom smjesom. Istom smjesom premazujte i tijekom pečenja desetak minuta na roštilju, zagrijanom na 240 °C. Rebra moraju biti hrskava, sjajna i lijepe boje.

Piletina s kikirikijem



Sastojci: 4 pileća batka, 2 mrkve, 1 zelena paprika, 40 dag kockica ananasa(iz nezaslađenog kompota), 25 dag vodenih kestena (iz konzerve), 10 dag očišćenih kikirikija, 2 žlice slatkog vina, žličica rižinog octa, žlica škrobnog brašna, ½ žličice džumbira u prahu, 2 žlice ulja od kikirikija, 2 žlice umaka od soje, sol, papar.

Odvojite meso od kosti, odstranite kožu te narežite na rezance. Očišćenu mrkvu i papriku narežite na štapiće, vodene kestene prepolovite. Ocijedite ananas. U voku zagrijte ulje i pržite piletinu 5 minuta. Primiješajte mrkve, papriku, ananas, kestene i kikiriki, miješajući pržite još 5 minuta. Ulijte umak, ocat, vino, začine i dodajte sok ananasa u kojem ste otopili škrobno brašno. Miješajte još 10 minuta.

Rebarca u umaku od crnih sojinih zrna



Sastojci: 1 kg svinjskih rebarca s puno mesa, 2 žlice nasjeckanih soljenih crnih zrna soje, 4-6 sitno nasjeckanih češnjaka, 2 žlice nasjeckanog đumbira, 1 nasjeckana svježa crvena čili papričica, 1 šalice svijetlog soja umaka, 1 žlica tamnoga soja umaka, 3 žlice smeđeg šećera, 1,5 šalice vode, 2 žlice biljnog ulja, 1 nasjeckan veliki luk, 1 nasjeckana zelena paprika.

Izrežite rebarca na komadiće veličine 4 cm i stavite ih u vatrostalnu posudu. Pospite rebarca crnim zrnima soje, češnjakom, đumbirom i čilijem, dodajte umak od soje, šećer i vodu. Poklopite posudu i pecite u pećnici zagrijanoj na 180 oC ili stavite u posudu za kuhanje na pari i kuhajte nad vodom koja lagano kipi jedan i pol sat. Zagrijte ulje u woku i pržite luk i papriku dok ne omekšaju. Dodajte rebarca i umake i pirjajte 5-6 minuta. Poslužite vruće s rižom.

Sjeckana svinjetina i povrće s rezancima



Sastojci: 30 dag svinjetine, 1 žlica tamnog soja umaka, 1 žlica šerija, 1 žlica škrobnog brašna, 1 štapić celera listaša, ½ mrkve srednje veličine, 6 cvjetića brokule, 6 cvjetića cvjetače, ¼ crvene paprike narezane na kockice, 1 mali luk narezan na kriške, ¼ šalice biljnog ulja, 1 šalice pilećeg temeljca, 1,5 dodatna žličica škrobnog brašna, 4 gnijezda rezanaca s jajima.

Narežite svinjetinu na tanke rezance i stavite je u posudu s umakom od soje, šerijem i škrobnim brašnom. Dobro promiješajte i pustite da odstoji 30 minuta. Izrežite celer i mrkvu na štapiće. Sve povrće pržite u trećini ulja oko 2 minute. Izvadite ga i čuvajte na toplom. Dodajte meso i marinadu u drugu trećinu ulja. Pržite dok meso ne promijeni boju, pa dodajte temeljac pomiješan sa škrobnim brašnom. Pirjajte uz miješanje dok se umak ne zgusne. Vratite povrće i dobro promiješajte. Stavite rezance u kipuću vodu da omekšaju. Razdvojite gnijezda, izvadite i ocijedite. Pržite rezance u preostalom ulju dok se dobro ne naulje, premjestite ih na tanjure i prekrijte mesom i povrćem. Poslužite odmah.

Svinjetina Gambian

Sastojci: 50 dag svinjetine izrežite na tanke rezance i pržite u voku s nekoliko žlica suncokretova ili kikirikijeva ulja. Potom suho pirjajte s 30 dag rezanaca paprike, mrkve, bambusa i luka. Na kraju dodajte malo čilija ili sitnih feferona po želji.

Egzotična svinjetine

Sastojci: 15 dag luka, 3 češnja češnjaka, 1 vrlo ljuti crveni feferon, 2 zvjezdolika anisa, 2 klinčića, 15 zrna bijelog papra, 5 žlica umaka od soje, 4 žlice proška, 1 žlica bijelog vinskog octa, 1 lopatica mlade svinje (otprilike 2,5 kg), 2,5 dl bijelog vina, 10 dag suhih šljiva, peršinova grančica, sol, bijeli papar.

Očistite luk i češnjak te feferon sitno nasjeckajte. Zajedno zdrobite zvjezdoliki anis, klinčiće i papar u zrnju. Primiješajte umak od soje, prošek i ocat. Očistite svinjetinu pa oštrim nožem ukrasno zarežite kožu (kožica je važan dio izgleda lijepo pečene, a kad je hrskava, dodatni je užitak. Na svinjetini kožicu narežite da se ističe dio masnoće iz slanine pod kožom, a odojak cijeli nabockajte iglom). Meso između «križanja» na koži i tamo gdje je nema nabockajte vilicom da bolje upija marinadu i pri pečenju ispušta masnoću. Zalijte je na meso po pokrijte rastezljivom folijom. Ostavite u hladnjaku preko noći. Sutradan meso stavite u lim tako da koža bude odozgo. U marinadu dodajte 7,5 dl vode, nalijte na meso i stavite u pećnicu zagrijanu na 190 °C. Pecite 2,5 sata, a često zalijevajte vlastitim sokom. Istodobno u malo umaka kuhajte šljive da omekšaju. Meso posolite i popaprite pa poslužite sa suhim šljivama i ispiranim povrćem u soku od pečenja (75 dag tankih mahuna, po 15 dag crvenih i zelenih paprika, 2 žlice ulja, 2 žlice umaka od soje, 2 češnja češnjaka).

Kineske rolice

Sastojci: 16 palačinki, 35 dag ostataka svinjetine od prethodnog dana, 15 dag mladog luka, peršinovo lišće, 3 dag svježeg korijena đumbira, 5 dag isprženog kikirikija, 1 žlica ulja, umak od soje, sol, papar.

Očišćeni mladi luk narežite na tanke kolutove. Nasjeckajte đumbir i kikiriki pa pržite s mladim lukom 1 minutu. U tome podgrijte meso narezano na kockice. Začinite umakom od soje. Rasporedite na palačinke i savijte ih. Pospite peršinovim listićima. Prije posluživanja podgrijte na pari. Uz to ponudite umak od soje.

Prženi „Wan Ten“ (Kineski ravioli)



Sastojci: gotove kore za savijaču, 25 dag svinjetine, manji poriluk ili mladi luk, 3 češnja češnjaka, jušna žlica bijelog vina, soja umak, sol, papar, 2-3 dl običnog ulja, 1 jaje.

Razvaljajte kore i izrežite u kvadrate veličine 10 x 10 cm Meso sameljite zajedno s porilukom i češnjakom. Posolite, popaprite, dodajte bijelo vino i soja umak po želji. U svaki kvadrat kore na sredinu stavite manju okruglicu mesa i spojite krajeve tijesta, u oblik nalik na raviole. Namažite svaki komadić ulupanim jajem. Pržite u ulju jednu po jednu na temperaturi 190-200 oC, 2-3 minute, dok ne postanu zlatnomrke boje. Pečene stavite na papirnatu salvetu da upije suvišnu masnoću. Poslužite toplo. Možete poslužiti uz slatko-kiseli umak.

Hrskava mongolska janjetina

Sastojci: 40 dag krte janjetine bez kostiju, 1 žličica fino kisanog češnjaka, 2 žličice ribanog đumbira, 1 žlica tamnog soja umaka, 1 žlica suhog šerija, 1 žlica sezamovog ulja, 2 žličice škrobnog brašna, 1 veliki luk, 2 žlice biljnog ulja, 2 žličice sjemenki sezama (po želji).

Izrežite janjetinu na listiće debljine papira i zatim na kratke rezance. Stavite ih u posudu i dodajte češnjak, đumbir, umak od soje, šeri, sezamovo ulje i škrobno brašno. Dobro izmiješajte i ostavite marinirati 2 sata. U woku zagrijte ulje i nakratko prepržite luk. Izvadite ga, a zatim pržite meso 1-2 minute, ili dok nije gotovo prženo. Vratite luk u wok. Poslužite posuto sjemenkama sezama. Ako želite, meso možete staviti preko luka.

SLATKO

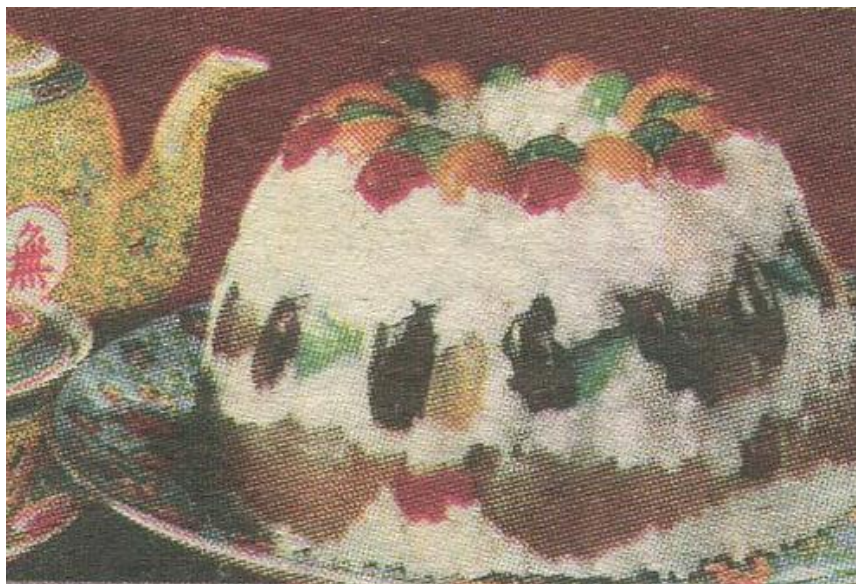
Slatko za slatki kraj ne poslužuje se samo na kraju obroka nego se nude i između jela. Slatki desert nije obavezan dio objeda, češći su svježe voće ili kompoti.

Sezamovi kolačići

Sastojci: 30 dag brašna, 2 jaja, 8 dag šećera, 3 g suhog kvasca, 8 dag sezama, 6 dag masti, biljno ulje.

Promiješajte brašno, šećer i kvasac, dodajte umućeno jaje i omekšanu mast te zamijesite u tijesto. Ostavite da odstoji 1 sat, pa oblikujte kuglice. Polovicu svake kuglice uronite u umućeno jaje, pa u sezamove sjemenke. Složite u posudu za pečenje koju ste lagano namastili uljem, tako da strana sa sezamom bude okrenuta prema gore. Pecite 20 minuta u pećnici prethodno zagrijanoj na 180 °C.

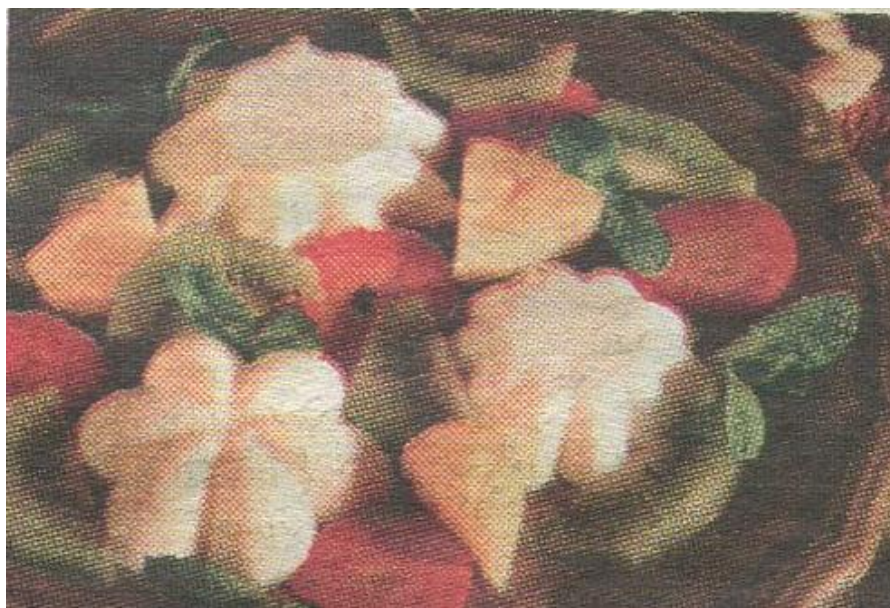
Kraljevska riža



Sastojci za 8 osoba: 45 dag riže, 3 dl mlijeka, 20 dag kristal šećera, 3 bjelanjka, 25 dag ušećerenog voća raznih boja, 15 dag svijetlih datulja bez koštica, 5 dag grožđica, 5 dag oljuštenih, poprženih i nasjeckanih badema, 5 dag maslaca, 0,5 dag (5 grama) želatine, 20 kumkvata (kam-kwat; sitna kineska naranča poznata pod imenom chin-chit – zlatna naranča, prava je riznica hranjivih tvari).

Rižu dobro isperite i kuhajte 10 minuta u 4 dl provrele vode. Umiješajte riži mlijeko i 12 dag šećera. Nastavite kuhati i često promiješajte. Kad riža omekša maknite sa štednjaka. Namočite želatinu u hladnu vodu, iscijedite i umiješajte u rižu. Dok se hladi narežite oguljene kumkvate, ostalo voće ostavite cijelo. U sasvim ohlađenu rižu umiješajte čvrsti snijeg od bjelanjaka. Kalup namažite maslacem i obilato pospite preostalim šećerom. U dno ukrasno složite ušećereno voće i nanesite rižu u sloj debljine 5 cm. Na to nanesite voće pazeći da uz stijenku kalupa poslažete kao ukras. Slažite redove. Na vrh stavite rižu. Odložite u hladnjak na nekoliko sati da se sve stegne.

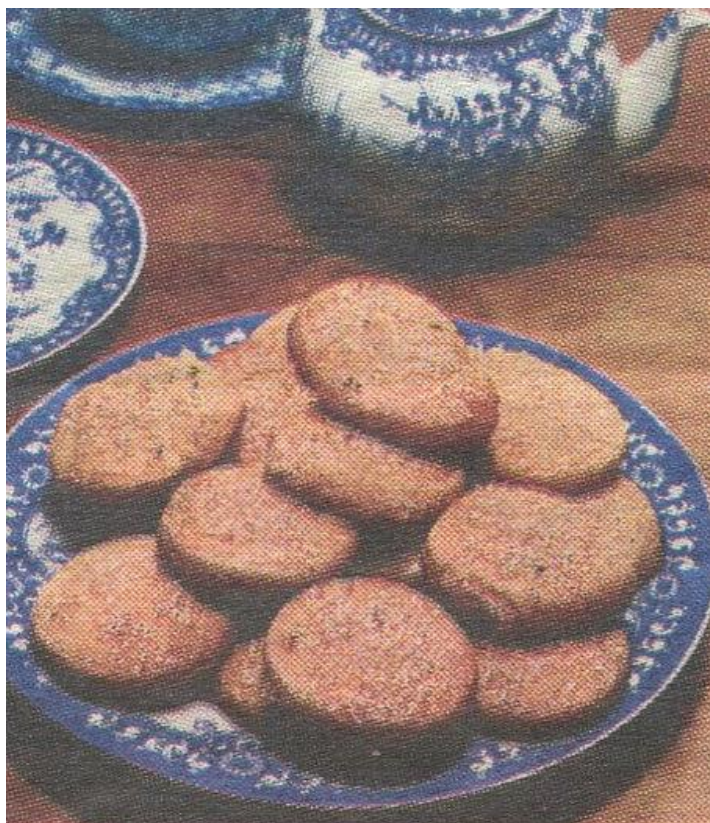
Varenci s voćem



Sastojci: 5 dl mlijeka, 8 grama želatine, 20 dag dvaputa samljevenih oljuštenih badema, 10 dag kristal šećera, 0,5 dl sirupa od badema, 2 kivija, mala konzerva kompota ananasa, nasjeckanih, sok od 3 naranče, 10 dag jagoda, 2 žlice marmelade od naranče, listići metvice (nana).

Male kalupe stavite u zamrzivač. Pristavite mlijeko i kad provri umiješajte bademe. Odmah poklopite, maknite s vatre i ostavite pola sata. Procijedite ih kroz cjedilo, pokriveno dvostrukim slojem gaze. Namočite želatinu u hladnu vodu. Zagrijte mlijeko sa sirupom, dodajte iscijeđenu želatinu i miješajte žicom za snijeg da se sasvim otopi. Ulijte u ohlađene kalupice i stavite u hladnjak na najmanje 3 sata. Voće narežite. Nemate li marmeladu nego džem od naranče protisnite ga ii smrvite mikserom da dobijete glatku smjesu. Malo zagrijte da omekša primiješajte sok od naranče pa time prelijte voće. Poslužite s malim varencima i po želji ukrasite metvicom.

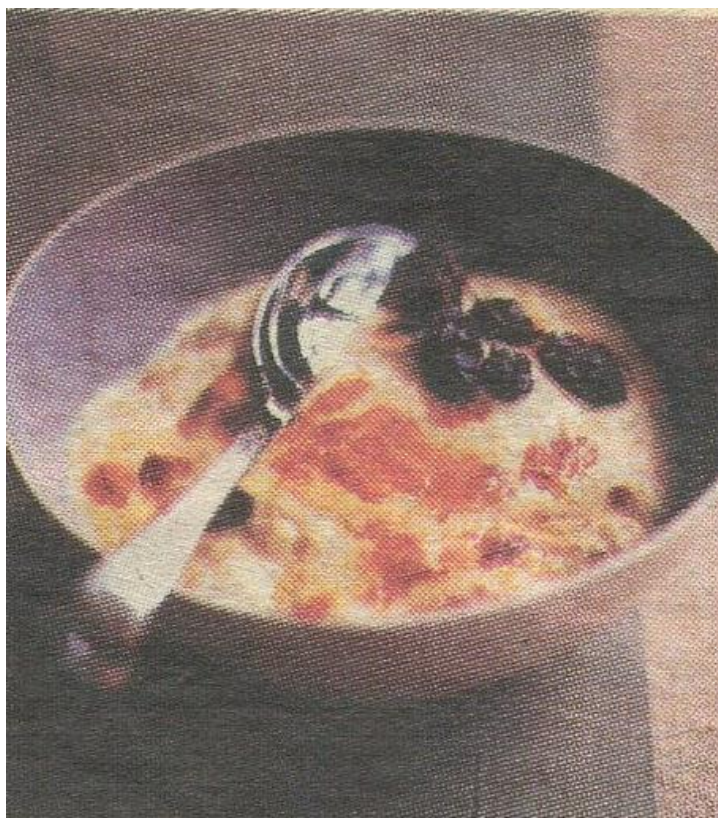
Kolačići sa sezamom



Sastojci: 50 dag brašna, 20 dag masti ili 24 dag maslaca, 1 jaje, 15 dag smeđeg šećera, sasvim malo soli, 1 vanilin šećer, dodaci: 1 žumanjak, žlica mlijeka, šalica sjemenki sezama.

Brašno, sol i obje vrste šećera trljajte vršcima prstiju da dobijete jednolične mrvice. Povežite ih jajetom, zamijesite tijesto i oblikujte kuglice. Pritisnite ih dlanom da dobijete tanke kolačiće. Premažite ih smjesom jaja i mlijeka te pospite sezamom. Pecite 15 minuta.

Krema od riže



Sastojci za 6 – 8 osoba: 25 dag groždica, 3 dl rižinog vina, $\frac{1}{2}$ l neobranog mlijeka, $\frac{1}{2}$ l slatkog vrhnja, 5 dag maslaca, sol, 15 dag riže okruglog zrna, 5 dag svijetlog meda, 5 žličica cimeta, svježe naribani muškatni oraščić, drhtalica (žele) od žutih bresaka.

Oprane groždice namočite s malo rižinog vina. U posudi od 1,5 l zagrijavajte maslac na srednjoj temperaturi. Primiješajte rižu i miješajte da se do kraja omota maslacem. Ulijte vino. Dobiveni sirup pustite da vrijeme na visokoj temperaturi nekoliko minuta. Ulijte mlijeko i vrhnje, dodajte $\frac{1}{2}$ žličice soli te zagrijavajte i miješajući stržući po dnu da riža ne zagori. Čim provri, maknite sa štednjaka, primiješajte oraščić, med i groždice zajedno s vinom u kojem su se močile. Ulijte u vatrostalnu posudu pa pecite sat i pol u pećnici zagrijanoj na temperaturi od 150 °C. Promiješajte i provjerite je li riža mekana – ne smije se raskuhati ali mora ostati mnogo umaka. Ako treba produljite kuhanje još najviše pola sata. Sve ostavite hladiti najmanje pola sata. Podijelite rižu u zdjelice, ukasite drhtalicom.

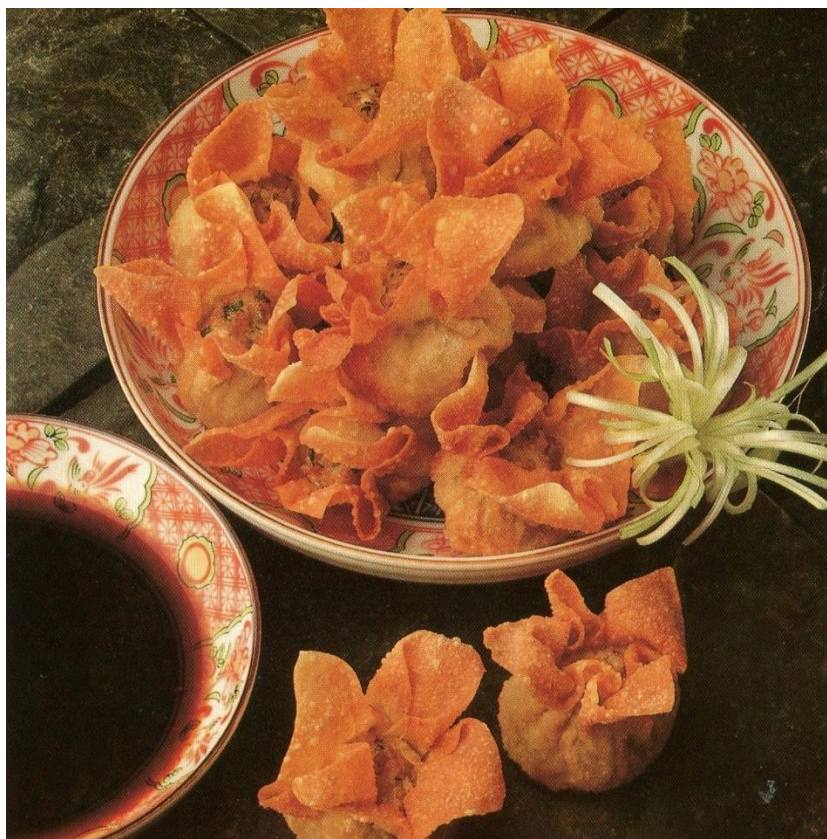
Kineske slane palačinke

Sastojci: 1 žlica brašna, 4 jaja, $\frac{1}{4}$ žličice soli, 2 žlice vode, na vrhu noža šećera.

Pomiješajte brašno, jaja, šećer, sol i vodu i miješajte dok tijesto ne postane glatko. Zagrijte na tihoj vatri tavu namazanu uljem. Stavite u tavu 2 žlice tijesta i rasporedite ga brzo po tavi (kao palačinku) tako da promjer bude oko 15 cm. Posle 1 minutu treba biti pečeno i izgledati kao vrlo tanka palačinka. Stavite je na zagrijani tanjur i pecite dalje. Kad ste sve palačinke ispekli, nadijevajte ih na način da u sredinu svake palačinke stavite 2-3 žlice željenog nadjeva. Preklopite suprotne krajeve (kao kod sarme) i slobodan kraj namažite s malo nepečenog tijesta da se ne odlijepe* i da nadjev ne iscuri. Ovako pripremljene nadjevene palačinke mogu se pržiti u posudi s «dubokim uljem» ili u tavi u kojoj je " šalice ulja, sve dok ne postanu zlatnosmeđe boje. Za nekoga tko nema iskustva lakše je pržiti ih u tavi.

*ako želite da nadjevene palačinke budu hrskave (reš pečene) zamočite svaku palačinku prije prženja u «dubokom ulju» u ovako načinjenom tijestu: 16 dag gustina, 8 dag brašna, 1 jaje, 1 žlica praška za pecivo, $\frac{1}{2}$ žličice octa, 1 šalica vode. Promiješajte jaje, gustin i brašno s toliko vode da dobijete glatko tijesto kao za palačinke. Dodajte prašak za pecivo i ocat. Dobro promiješajte.

Wan Ten (Von Ton) peciva (ravioli, kiflice) – kuhani zavežljajčići



Sastojci: 50 dag brašna, $\frac{1}{4}$ žličice soli, 3 veća jaja, šalica vode.

Pomiješajte brašno i sol. Pomiješajte vodu i jaja. Dodajte jaja u brašno i miješajte rukom dok tijesto ne postane čvrsto kao za pitu. Tijesto stavite na pobrašnjenu dasku i mijesite ga bar pola sata (duže miješanje pecivo će biti bolje). Razvucite tijesto valjkom tako da bude kao za savijaču (najtanje tijesto za savijaču). Izrežite tijesto na trake širine 3 cm. Razvucite valjkom svaku traku dok ne postane tanka kao papir (što je tijesto tanje to su bolje Von Ton peciva). Ovako rastanjeno tijesto izrežite na komade veličine 8x8 cm. Treba bi dobiti oko 75-90 kvadratića.

Za dulje spremanje prvo savijte ih prvo u voštani papir, pa onda u vlažnu krpu, kvadratići mogu stajati u zamrzivaču i do tri mjeseca. Na svaki kvadratić stavite nadjev po želji (povrće ili meso), rubove zadignite i stisnite oblikujući zavežljajčić, stavite zavežljajčiće u gornji dio lonca za kuhanje u pari i skuhajte. Zavežljajčiće možete ispržiti i u dubokoj masnoći.

Prženi sladoled u kokosu



Sastojci: 2 l sladoleda od vanilije, 1 jaje, 1 šalica brašna, 3/4 šalice vode, 1,5 šalice sitnih suhih krušnih mrvica, 2 žlice kokosovog brašna, 5 šalice ulja za prženje.

Napravite 6 velikih kugli (okruglica) sladoleda i vratite u zamrzivač. Napravite gusto ujednačeno tijesto od jaja, brašna i vode. Umočite kuglice sladoleda u tijesto, a zatim ih uvaljajte u krušne mrvice i kokosovo brašno. Dok ne budu pokrivene debelim slojem. Vratite ih u zamrzivač na nekoliko dana. U umjereno zagrijano ulje nježno stavite jednu po jednu kuglicu na nekoliko sekundi, dok joj površina ne poprimi zlatnu boju. Izvadite ih i poslužite odmah uz preljev od karamela ili svježe voće.

Najvažnije je da sladoled bude duboko zamrznut i da je ulje dovoljno toplo da zapeče koricu za samo nekoliko sekundi.

Panirane (pohane) banane

Sastojci: 3 šalice gustina, šalica glatkog brašna, 1 dl ulja, prašak za pecivo, 2 šalice vode, 4 banane, med.

Gustin, brašno, ulje i vodu zamiješajte te banane prerežite na četiri dijela. Banane stavite u smjesu i pustite da odstoje deset minuta. Stavite ih u vrelo ulje i pržite oko dvije minuta. Kad dobiju boju izvadite ih iz ulja i na njih stavite malo meda.

Prženo voće

Sastojci: 2 krupne jabuke, 2 tvrde banane, 3 dl ulja od kikirikija, 17,5 dag šećera u prahu, 2 žlice svijetlih sjemenki sezama, *za tijesto*: 7,5 dag glatkog brašna, 4 žlice škrobnog brašna, 2 žlice praška za pecivo, žličica sezamova ulja.

Ogulite i očistite jabuke, narežite na 8 kriškica. Oguljene banane uzdužno prepolovite i narežite na komade, dugačke 4 cm. Dobro izmiješajte sastojke za tijesto u 2 dl vode. U voku ili dubljoj posudi jako zagrijte ulje kikirikija i 2 žličice sezamova ulja. Komade voća stavljajte u žičanu ili šupljikavu žlicu i umačite u tijesto. Otresite suvišak tijesta i pržite po 2 minute da malo požute. Šupljikavom žlicom premjestite na nekoliko slojeva papirnatih ubrusa. Prije posluživanja pripremite posudu hladne vode s ledom. Isprženo voće tada pržite još 2 minute u istoj masnoći na srednjoj temperaturi. Posebno polagano zagrijavajte šećer sa sjemenkama sezama i 2 žlice ulja od prženja. Miješajte da dobijete svijetli karamel. Umočite u njega svaki komad voća i nakratko potopite u ledenu vodu da se karamel stvrdne. Poslužite odmah.

UMACI

Slatko-kiseli umak



Pikantni umak od šljiva (lijevo) i slatko kiseli umak (desno)

Sastojci: 1 šalica vode, 1/2 šalice bijelog octa 1/2 šalice šećera, 3 žlice umaka od rajčice ili 1/3 žličice crvene prehrambene boje, 1 žličica praha za pileći temeljac, 1 žlica škrobnog brašna.

Pomiješajte sastojke u maloj posudi, zakuhajte ih i miješajte dok se ne zgusnu.

Okus slatko-kiselog umaka možete poboljšati dodate li mu bilo što od sljedećeg: 2 žlice fino nasjeckanog ananasa, 2 žličice ribanog đumbira, 1 žlicu sitnog nasjeckanog kineskog miješanog ukiseljenog povrća, 1/2 žličice izmrvljenog crnog papra.

Pikantni umak od šljiva

Sastojci: 40 dag šljiva iz limenke, 1/3 šalica octa, 1 žlica šećera, ¼ žličica kineske mješavine začina, 2 žličice škrobnog brašna.

Iz šljiva izvadite koštice. Očišćene šljive zajedno s tekućinom stavite u mikser te miješajte dok ne dobijete pire. Premjestite smjesu u posudu, dodajte preostale sastojke i pirjajte uz miješanje dok se umak ne zgusne.

Umak od šljiva bit će pikantniji dodate li mu malo kupovnog čili umaka. Ćumbira ili cimeta. Umake poslužite s proljetnim rolicama, tostom od kozica ili drugim slasnim zalogajem.

FONDUE

Jela pripremljena, za stolom, nose i posebne nazive. Najčešće se spominje **fondue**, što je naziv za otopljeni sir (od francuskog *fondre* - otopiti) u koji se umaču komadići kruha, izvorno je prastaro jelo alpskih gorštaka, ali uglavnom se smatra nacionalnim jelom u Švicarskoj. Švicarci ga svojataju tako da u Moudonu (Švicarskoj) postoji Akademija sirarstva s posebnim odjelom za fondue (Ecole cantonale de fromagerie).

Fondue od sira spravlja se jednostavno i brzo, dok za mesni treba nešto malo više vremena.

Ovo obredno izrazito rustikalno jelo koje se spravlja za stolom, jede se iz teškog posuđa, tanjuri su isto takvi, od keramike ili pečene opeke. Predak tog jela je „raclette“, potomci su fondue s mesom (bourguignonne - iz Burgundije), povrća (talijanska La bagna cauda) ili moderno slatko od – čokolade.



chinese fondue



Kinezi su i u tome bili prvi, jer je tamo pradávni običaj kuhati u vreloj juhi, poput papira tankog mesa. Mongolski izvori iz 14. stoljeća spominju kineski običaj okupljanja oko kotlića u kojem se, na malom plameniku, grije malo masnija pileća juha. Poslužili bi na tanke ploške narezanu govedinu, svinjetinu i piletinu, a uz meso i umake, dodali bi i povrće. Kineski **fondue** priprema se i danas, a posebna je poslastica na kraju popiti juhu u kojoj su se proželi okusi i mirisi u njoj prethodno kuhanih sastojaka.

Za kuhanje na stolu treba malo grijalo, posuda od vatrostalne gline ili metala, duge vilice za namakanje u otopljeni sir ili kipuću masnoću ili juhu. Kinezi imaju i posebne male cjediljke za vađenje namirnica. Grijač mora biti takav da se podešava za visoku temperaturu za grijanje juhe, manje za masnoću i sasvim malu za čokoladu (ponekad je dovoljna i svijeća).

Meso probodeno vilicom prži se u ulju u koje, da ne bi prskalo, treba dodati kocku sirova krumpira.

Dobro društvo, dobar izbor namirnica i umaka pretvoriti će jelo pripremljeno u fondue – u pravi kulinarski obred. Umakanje namirnice u vruće ulje (pomoću duge vilice) – prženje, te nakon toga umakanje u jedan od željenih umaka (ranije pripremljen i nalazi se u posudicama) i zaokruživanje gutljajem odgovarajućeg vina, pretvara jelo u druženje uz pravu domaćinsku atmosferu.

Naši standardni restorani nude dvadesetak vrste različitih jela, no kineski nude stotinu i više. Naši tj. «zagrebački kineski restorani» usvojili su naš običaj i smanjili svoju ponudu te nude manji broj jela i uglavnom svi istu vrstu. Najčešće se gosti odlučuju na slijedeća jela:

Kineski ravioli (dumplings) kuhani na pari sa sojinim umakom
Proljetne savijače (spring rolls) od mesa, kupusa i klica, pržene na masnoći.
Tofu (sojin sir) s bambusom i gljivama
Piletina Gonbao (ljuto jelo s indijskim oraščićima)
Svinjetina osam blaga
Hrskavo pečena patka s palačinkama i umakom (varijacija pekinške patke)
Pirjani celofanski rezanci s povrćem
Škampi u slatko-kiselom umaku
Tie-Pan govedina u umaku od kamenica
Pohana piletina u slatko-kiselom umaku.
Flambirani (osmuđeni) sladoled*

Na završetak objeda u Kini se obično poslužuje svježe voće, a u Zagrebu će vam ponuditi po želji – *jabuku u karameli*.

*Panirani sladoled, pomisliti će te – autohtono Kinesko jelo, pogrešno, osmislio ga je Kinez oko 1980. godine u Beču, a Zagreb ga je prihvatio s oduševljenjem.

Pri kuhanju pazi se na kontrast boja na tanjuru (kao slikar pri radu slike) a miomirisiti i njihovo bogatstvo postižu se lukom, češnjakom, đumbirom, vinom i drugim dodacima; okus je prava simfonija slanog, slatkog, ljutog i kiselog; dok je struktura jela

mekana – hruskava – prhka – nježna

te ukazuje na specifičan odnos Kineza prema hrani.

Autor:

Zlatan Nadvornik rođen 1942. god. u Zagrebu. Diplomirao na zagrebačkoj Hotelijerskoj školi 1963. god. Istražuje povijest hrvatskog kulinarstva. Svi naslovi su s osvrtom na život, običaje i nacionalno kulinarstvo: Do sada objavio:

1. **ZLATNA KNJIGA RIBLJIH JELA**, Nakladni zavod Matice hrvatske 1986. (ISBN xx);
2. **I IZNUTRICE SU MESO**, "Svjetlost", Sarajevo 1987. (ISBN 86-01-01012-1);
3. **ZEBRANE JESTVINE HRVATSKOG ZAGORJA**, (koautor Slavko Večerić) "Turistkomerc" Zagreb, 1991. (ISBN 86-7133-185-7);
HRVATSKO ZAGORJE
4. **PIVO TEKUĆA HRANA** (koautor prof. dr. Vladimir Marić) „PTI“ - Prehrambeno tehnološki inženjering, Zagreb 1996.(ISBN 953-6449-01-3);
5. **JELA VRBOVEČKOGA KRAJA (KAJ SU JELI NAŠI STARI)** Turistička zajednica grada Vrbovca, Vrbovec 1997.(ISBN 953-97273-0-8);
JELA VRBOVAČKOG KRAJA
6. **BOŽIĆNI STOL** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-044-X);
7. **JABUKE ZEMELJSKE** (jela od krumpira) Strijelac Zagreb 2000. (ISBN xx.....);
8. **JELA OD ZLATA** (jela od kukuruza) Strijelac Zagreb 2000. (ISBN xx.....);
9. **KAVA - OČARAVAJUĆI NAPITAK** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-036-9);
10. **ČAJ - PUT U NEBO** Strijelac Zagreb 2000. (ISBN 953-210-037-7);
11. **JELA LIKE** (prva knjiga o jelima Like) Strijelac Zagreb 2000 (ISBN 953-6053-74-8);
12. **VUKOVARSKJE GASTRONOMSKE ČAROLIJE** Narodne Novine, Zagreb, studeni 2002. (ISBN 953-6053-74-8);
13. **ZAGREBAČKI STOL** Finkor, Zagreb 2003.(ISBN 953-99271-0-2),
14. **GORSKI KOTAR – hrana za dušu i tijelo**, TKD d.o.o., Delnice 2004. (ISBN 953-99763-0-8),
15. **TURIST KAO GOST – prilozi kulinarskom turizmu (više autora)**, Zlatan Nadvornik: *Kulinarska baština* (crtice iz rukopisa knjige: Hrvatska autohtona jela i pila i njihovi izvori), Nakladnik: Institut za etnologiju i folkloristiku Zagreb, svibanj 2009. (ISBN 978-953-6020-43-9)

Na Internetu objavljena djela navedena od broja 16. poveznica:

<https://issuu.com/zlatan.nadvornik>

16. **HRVATSKA TRADICIJSKA JELA I PILA I ZIMNICA S NOSTALGIČNIM OKUSOM BAKA I NONA** (08.05.2016.)
17. **GASTRONOMIJA U RIJEČI I SLICI (GURIS)** (18.05. 2016)
18. **ROMSKA KUHINJA**
19. **KUHARICA NADE LOVRAK**
20. **KOLAČI KNJIGA (MEĐUNARODNA KUHINJA)**
21. **USKRS**
22. **LOVAC, LOVINA i LOVAČKI STOL**
23. **NAVIGAJ – LOVI – PARIČAJ I DIO**
II. DIO
24. **SIR i JELA OD SIRA**
25. **PODRAVSKI KULINARSKI UŽICI I. DIO**
II. DIO
26. **ČOKOLADA (hrana bogova) I KAKAA**
27. **KESTEN PUCANAC I MOŠT REZANAC**
28. **REMEK DJELA BARSKE I KULINARSKE VJEŠTINE**

(dodatak za Navigaj – Lovi - Parićaj).

29. PROŠEK
30. BRODET, BUZARA i GREGADA
31. FEŠTA OD PRESNACI
32. TRADICIONALNE POGAČE
33. MARASCHINO ČAROBNI NAPITAK I ZAČIN
34. KOLINJE
35. NAŠI STAR KRUH NISU BACALI
36. SLATKOVODNE RIBE; RAKOVI I KAVIJAR
37. SAMONIKLO JESTIVO BILJE
38. GASTRONOMSKO KULINARSKI POJMOVNIK
39. BANIJA i KORDUN
40. POSAVINA
41. ČVARCI
42. MED
43. HRVATSKA VINA, VINSKI OBIČAJI, VINSKI NAPITCI
44. BARSKA TERMINOLOGIJA, KOKTELI, RJEČNIK PIĆA (LEKSIKON PIĆA)
45. OGNJIŠTE – KOTLIĆ – KOTLOVINA – KRUŠNA PEĆ – PEKA –
RAŽANJ – ROŠTILJ – ZEMLJANA POSUDA
46. PIVO – ponašanje za stolom – začini jelu, miješano piće, alkemija mašte i alkohola
47. TUNA – kraljica plave ribe
48. KOPUN
49. PURA - TUKA - DINDEK - BIBA – ĆURKA
50. PUČKO MUDROSLOVLJE O HRANI, JELIMA I PILU; REČI SVAKOJAČKE
O ISTVINI I PITVINI; ZIDNJACI _ TOČKASTE PREGAČE S VOLANIMA
51. KINESKA KUHINJA

SADRŽAJ

Štapići - jedaći pribor
Roland Barthes: Carstvo znakova
Zajutrak
Četiri glavne kulinarske škole:
 sečuanska,
 kantonska, kjansuška,
 šandunška fuđijensku,
 čekjanšku,
 hunansku i anhujesku
Prženje
Kuhanje
Pečena jela
Prženje u dubokom ulju
Kombinirano kuhanje
Dodaci
Umaci
Namirnice bez kojih nema
kineskog jela
Wok - vok (ili Sukiyaki; čitaj
 skijaki)
Miješano meso iz voka
Junetina iz voka
Piletina iz voka
Piletina s indijskim oraščićem
Sukiyak
Kineski stol
Nova godina
Značenje hrane
Pekinška patka "simfonija
 kineske kuhinje"
Pekinška patka - Pei-ching-k'ao-ya
Chop
Riža
Sladoled
Kineska jela i jela prilagođena
 europskom okusu
Slatkasto-kisela svinjetina I. način
Slatkasto-kisela svinjetina II. način
Stogodišnje jaje
Jedan od starih naputaka (recepata):
PREDJELA
Proljetne rollice (savici) I. inačica

Proljetne rollice (savici) II. inačica
Bijeli ravioli* (Wonton)
Kantonska pržena riža
Šangajski špageti
Kantonska riža
Špageti s mladim lukom
Začinjeni tofu
JUHA
Juha od šparoga
Juha sa škampima
Kiselkasto-ljuta juha
Juha s kineskim rezančićima
Pileća juha
RIBE I PLODOVI MORA
Šaran s rižom
Pržena riba
Šaran na pari
Brancin kuhan na pari
Skrivena riba
Lignje s povrćem
Račići i ribe
Kombinacija morskih plodova
Marinirane sipice
Jastučići s račjim mesom
Pržene kozice s porilukom
Hrskavi plodovi mora na prhkim
 rezancima od riže
MESO
Kineska patka na europski način,
 na žaru
Patka s bademima
Piletina s agrumima
Pržena piletina s kikirikijem i čilijem
Piletina s Cash-Ou oraščićima
 (indijskim oraščićima)
Pile gombao
Kineska kokoš siromaha
 (Kokoš u blatu
 – glini)
Omlet s piletinom
Slatko-ljuta piletina
Kineska govedina

Govedina s lukom i paprikom
Pržena govedina s brokulama
Govedina s tjesteninom
Prženi tofu s mljevenim mesom
Pikantni kotleti
Rebra na kantonski način
Piletina s kikirikijem
Rebarca u umaku od crnih sojinih
zrna
Sjeckana svinjetina i povrće s
rezancima
Svinjetina Gambian
Egzotična svinjetine
Kineske rollice
Prženi „Wan Ten“ (Kineski ravioli)
Hrskava mongolska janjetina
SLATKO

Sezamovi kolačići
Kraljevska riža
Varenci s voćem
Kolačići sa sezamom
Krema od riže
Kineske slane palačinke
Wan Ten (Von Ton) peciva
(ravioli, kiflice)
– kuhani zavežljajčići
Prženi sladoled u kokosu
Panirane (pohane) banane
Prženo voće
UMACI
Slatko-kiseli umak
Pikantni umak od šljiva
FONDUE